# 婦人衛生雜誌

大正十年一月二十五日發行

第三百五十七號

# 婦人衛生雜誌

## 第三百五十七號目次

# 告知

來る一月二十九日(第五土曜)午後一時半より神田區一ツ橋通共立女子職業學校に於て總裁東伏見宮妃殿下の御臺臨を仰ぎ本會初會相開き講演餘興等有之候筈に候まゝ特に御繰合せ御出席相成度此段謹告仕候

追つて會員各位には近日詳細御通知差出し申筈に候

大正十年一月二十日

私立大日本婦人衞生會

# 私立大日本婦人衛生會

## 設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや知識ある人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一年を送らんこと皆ともに願はざるはあらじされども其身健康にあらざれば此生活を得んこといと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〳〵衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいとも緊要の事にして皆婦人のもつぱら掌るべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の會合相集りて起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは眞に喜ばしきことなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を惹かざるものゝ如くまことに口惜しきことなり因りて頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一回集會を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の講義演説談話を乞ひ互に相研究し尚之を筆記して册子を編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに盡すあらんとす茲に本會旨趣の梗概を叙べて廣く江湖の諸愛姉に告げ其賛成を仰ふぐこととしかり

明治二十年十一月　首唱者總代

## 私立大日本婦人衛生會規則摘要

（明治三十二年十二月改正）

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の知識を開發せしめ随て社會全般の幸福を増進するにあり●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方に便宜支會を設く●第三條　本會の會員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得●第四條　入會の節は姓名族籍住所及會員の種類を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員章を交付す。入會後轉居等あるときは速に事務所に報知せらるべし●第五條　會員を分ちて終身、特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金貳拾五圓以上特別會員は一ヶ月金五拾錢以上、通常會員は一ヶ月金參拾錢を納むる者とす●第六條　男子にして本會の旨趣を贊成する者は之を贊成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に贊成員たることを望みたる節は役員の協議に依り無會費とすることあるべし●第七條　會員は本會に於て發刊する雜誌を無料にて受ることを得●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は總て返戻せず●第九條　本會に推戴員を置き其中より總裁一名を奉じ皇族の妃殿下に願出るものとす●第十條　本會に左の役員を置く　會長一名、副會長一名、理事七名、評議員二十五名、書記若干名●第十一條　會長副會長理事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は理事の推薦に依り會長之を命ず但書記は都合に由り會員外の婦人若くは男子に託することあるべし●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し理事は會務を掌理し評議員は重要なる會務を評議し書記は役員の命を受け諸記錄雜務を掌る理事の分課を設け第一會計、第二編輯出版、第三庶務とす●第十三條　臨時指名委員の件●第十四條　會長副會長幹事評議員の任期は二ヶ年とす滿期再選することを得若し任期中缺員を生ずるときは次點者を以て補缺す●第十五條　會長副會長理事評議員は無給とす書記には相當の報酬を給す●第十六條　集會は例會總會及評議員會とす例會は八九月を除くの外每月一回とし總會は三月に之を開く若し急要の事あるときは臨時に總會を開くことあるべし又春秋二回會員相互親睦の爲め園遊會を開くことあるべし●第十七條　每會學識經驗ある人々に衛生上の講義演說談話を囑托し會員をもて謹意聽講せしむるものとす●第十八條　會員は家族の婦女若くは知己の婦人を本會會場に誘致し講義演說等を傍聽せしむることを得（但衣服は總て質素たるべき事）●第十九條　講義演說等は男子の傍聽を禁ず●第二十條　規則の改正其他重要の件議定のこと●第二十一條　毎年三月總會に於て會計の收支決算並に庶務の概要を會員の增減等を報告すべし●第二十二條　本會の所有金は本會の名義を以て三井銀行に預くるものとす●第二十三條　會計の收支は總て會計擔任の理事の檢印を要するものとす●第二十四條　會計は一ヶ年毎に決算し翌年三月總會に報告すべし

支會●二十五條　地方に於て本會會員十名以上發起者あるときは其規則を定め本會長の承認を受け支會を設立することを得●第二十六條　本會會員にして支會を設立せんとするときは發起者の姓名を記載して申出べし爾後員數增減あるときは其姓名を支會より本會事務所に報告すべし本會會員にして支會に加入したる者の會費は本會に納付することを止め支會の規定に依るものとす●第二十七條　支會には支會限りの會員を置くことを得●第二十八條　本會の雜誌は支會に同送すべきを以て其實費を支會より本會に送付すべし支會限りの會員にして雜誌を請求する者に就きても亦同じ●第二十九條　支會は毎會の都度其狀況を本會に報告すべし●第三十條●第三十一條　會員又は會員外の者にして金圓若くは書籍物品等を本會に寄贈する者ある時は本會會長の名を以て謝狀を附し寄贈者の姓名及品目を簿册に登錄し尚本會雜誌を以て報告すべし●第三十二條　會費は受領證を交付すべしと雖も地方會員にして小爲替又は郵劵にて納むるものは受領證送發として別に返信料を添へらるべし（郵劵送一割增）●第三十三條　會費は東京府下に限り每月集收人を差出すべし地方會員は總て前金とし小爲替にて本會事務所所在の郵便局（本郷區駒込千駄木町郵便取扱所宛）振出しあるべし●第三十四條　會員中若し本會の障碍となるべき所爲ある者又は屢々會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議員會の決議を經て除名し若しくは廣告することあるべし

東京市本郷區駒込千駄木町五十番地　私立大日本婦人衛生會




# 長壽者

ドクトル　三田谷啓

本篇は大阪市技師たる本會賛成員三田谷啓ドクトルの調査報告でありますが新年號にふさはしきものとして玆にその全文を御紹介致します。（編者）

## 人の壽命と長壽者の實例

生きて居るものは必ず一度は死ぬる時が來る。假令百歳の壽を全ふするものでも、その生命は生れた時から毎日々々減じつゝある。換言すれば何人も日日死に近づきつゝあるのであるがその死ぬる日までの長さが一日でも多いことを希ふのは人情である。そこで昔から長壽の方法は種々講ぜられた。支那には不老不死の泉などゝ言ふこともあつた。

そこで今まで長命した人のうちでどれ位長く生きた人があるかと言ふに、英國にパレーと云ふ農夫があつた。これは家貧しくして漸く日傭業をして生活して居るものであつたが、百二十歳の時に或寡婦と結婚して三十二年間妻と共に健康に生活を續けて居た。百五十歳の頃視力と記憶力が衰へた。聽覺と理解とは尙ほ健全であつた。然るに百五十二歳の時に國王から招かれて王の御馳走に預つたがそれから俄に身體に變狀が起り遂に死んでしまつた。これが千六百三十五年のことである。これが丁度パレーの百五十二歳九個月の時である。其間に九代の王を經たと言ふことである。

あまりの珍らしい例であるため名醫ハーヴエーはこの翁の屍體を解剖したが内臟、骨骼等健全で、老衰の徵候をも認めなかつた。ハーヴエーはこの屍體

解剖の結果に本づき若しこの翁が王の饗應に預ることがなかつたならば尙ほ壽命を續けたのであらうと言つた。

これも英國の人であるがジエンキンスと言ふ漁夫は千六百七十年に百六十九歲で死んだ。或時百四十年前の事件の證人となつて裁判所に出頭した時に百二歲と百歲との兄弟の子息を同伴したと言ふことである。

佛蘭西にドリユーと言ふ人があつた。この人は百十四歲で死んだが、咖啡が頗るすきで牛乳の入らぬ眞黑の咖啡を日に四十杯づゝ飲んだそうである。

匈牙人ツアールデンは千七百二十四年に百八十五歲で死亡した。永眠の數日前各地を巡廻して慈善資金を募集して居た。彼の雙眸は烱々なる光を放ち白髮銀の如くにして長く垂れ二、三の齒を有つて居たその息子は當時九十五歲で矍鑠たるものであつたそうである。

獨逸にオプストと言ふ女が居て、これは百五十五歲で死んだ。ヤコブ、ドナルドは百二十歲まで生きた。ポルチユマンは外科醫であつたが百四十歲まで生きて居た。又英國のワツトソンは百十五歲で死んだ。

丁度昨年のことである。米國のケンタキー州グレージー、クリーク村にジヨン、シエルと言ふ人が居て百三十一回目の誕生を迎へた。この人は十九歲の時に第一回の結婚をしてこの女と九十年間連れ添ふて居て、二十五人の子供を生んだがその內の九人は生存して居る、孫や曾孫の數を算ふると二百人以上になつて居る。百二十五歲の時に第二の妻を迎へて昨年五歲になるところの子供を生んだと言ふことである。この人の職業は獵師で酒も煙草も甚だすきである。獵の多いときには一個年に四十頭の鹿を捕つたと言ふことである。今も二十哩の間を馬上で往復して尙ほ且疲勞せぬ相である。

日本でも古の人の中には隨分長壽者があつた。仁德天皇は百十歲、神武天皇は百二十七歲、孝安天

皇百三十七歲、孝昭天皇百十四歲、皇靈天皇百二十八歲、皇元天皇百十六歲、垂仁天皇百四十歲、景行天皇百四十三歲、成務天皇百七歲、宿彌は一說に二百八十歲と言はれて居るがこれは疑はしい、併し餘程の長壽であつたことは確である。露西亞で死んだ長壽者の年齡を調査したものを見るに千八百四年度のものは左の如くであつた。（渡邊喜三著人生二百年）

| | |
|---|---|
| 九十五乃至百歲 | 一一四五人 |
| 百乃至百五歲 | 一五八人 |
| 百五乃至百十歲 | 九〇人 |
| 百十乃至百十五歲 | 三四人 |
| 百十五乃至百二十歲 | 三六人 |
| 百二十乃至百二十五歲 | 一五人 |
| 百二十五乃至百三十歲 | 五人 |
| 百四十五乃至百五十歲 | 一人 |

イーストンは各國中古以來の長壽者千七百十二人中より調べた結果左記の如くであつた。

| | |
|---|---|
| 百乃至百十歲 | 一三一〇人 |
| 百十乃至百二十歲 | 二七七人 |
| 百二十乃至百三十歲 | 八四人 |
| 百三十乃至百四十歲 | 二六人 |
| 百四十乃至百五十歲 | 七人 |
| 百五十乃至百六十歲 | 三人 |
| 百六十乃至百七十歲 | 二人 |
| 百七十乃至百八十五歲 | 三人 |

（渡邊喜三著人生二百年）

東京萬朝報社で明治四十一年に九十歲以上の長壽者の懸賞募集を行つたが其結果は左の如くであつた。

| 年齡 | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 九〇—一〇〇 | | | 三六三四 |
| 一〇一 | 二四 | 四五 | 六九 |
| 一〇二 | 一八 | 三二 | 五〇 |
| 一〇三 | 三二 | 四八 | 八〇 |
| 一〇四 | 二〇 | 五八 | 七八 |
| 一〇五 | 二一 | 三〇 | 五一 |
| 一〇六 | 一 | 九 | 一〇 |
| 一〇七 | 二 | 二 | 四 |
| 一〇八 | — | 一 | 一 |

百歳以上のものは三百四十七人あつた。これが新聞社の蒐集に應じたものゝ數であるから全國の長壽者の數はもつと多數あるに相違ない。

試に大正五年度に於て我國で百歳以上の死亡者を擧げて見ると次の表の如くである。

| 死亡時の年齢 | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 一〇〇―一〇一 | 六 | 一一 | 一七 |
| 一〇一―一〇二 | 六 | 三二 | 三八 |
| 一〇二―一〇三 | 四 | 二二 | 二六 |
| 一〇三―一〇四 | 六 | 一六 | 二二 |
| 一〇四―一〇五 | 六 | 一八 | 二四 |
| 一〇五―一〇六 | 二 | 八 | 一〇 |
| 一〇六―一〇七 | 三 | 九 | 一二 |
| 一〇七―一〇八 | 四 | 一〇 | 一四 |
| 一〇八―一〇九 | 三 | 三 | 六 |
| 一〇九―一一〇 | 三 | 五 | 八 |
| 一一〇―一一一 | 三 | 八 | 一一 |
| 一一一―一一二 | 四 | 五 | 九 |
| 一一二―一一三 | 四 | 四 | 八 |
| 一〇九 | ! | 一 | 一 |
| 一一一 | 一 | 二 | 三 |

斯くの如く長壽者の數は可なり多い。右表は死亡した時の年齢であるから生存者の數は尙ほ多いであらう。

長壽者の各個につきての觀察の外統計的にこれを研究して見ることその間に何か共通的の事實が證明さるべきではないか。これ予がこの調査を企てた理由である。

## 本調査の由來

大正八年秋兵庫縣下及び大阪府下に於て、陸軍特別大演習行はれ、天皇陛下統御なさせ給ひし際高齢者に下賜の御沙汰あり。當時これ等の人々に對し生活上の狀態を知らんとし、左記の條項に記入を請ふた。其總數は九百餘人に上つて居たが、其中解答を得たのは男子百二十七人、女子は三百四十九人男女計四百七十六人であつた。左に報告するはその調査成績である。

質問の條項を示すと次の如くである。

一、あなたの御姓名。　男か女か

二、あなたの年齢　歳（　年　月　日生）

三、あなたの現住所。

四、あなたはどこでお生れでしたか。

五、結婚なさいましたか。

六、結婚の時の年齢。（初婚）（再婚）（三婚）

七、結婚時のおつれあひの年。（初婚）（再婚）（三婚）

八、お子様は皆で何人ですか（生死共）。

九、お子様のうちでなくなつた方が何人ありますか。

一〇、今あるお子様は御丈夫ですか。

一一、あなたの御兄弟は何人ですか。

一二、御兄弟のうちなくなつた方の年は。

一三、御兄弟の中御生存の方の年は。

一四、御両親はいくつでなくなりましたか。（父）　歳（母）　歳

一五、あなたの御職業は何ですか。

一六、あなたは酒がすきですか。毎日どの位ありますか。

一七、あなたは煙草をおすきですか。毎日どれほど。

一八、あなたは主として菜食ですか。肉食ですか。混合食ですか。

一九、あなたは普通何時間程お眠になりますか。

二〇、食事につきてどんな注意をなさいましたか。

二一、あなたは近頃は主に何をしておいでになりますか。

二二、長壽の方法につきお考を述べて下され。

二三、かつてお罹りになつた大病は何病でしたか。

二四、からだの目方は一番多い時どの位ありましたか。

二五、身のたけはどれ程ありますか。

二六、あなたは大食ですか。小食ですか、中食ですか。

二七、其他に長壽の參考となるべきことがあれば記して下さい。

## 年齢及び性別

年齢は八十七歳より百三歳までゞあるが男女共に最も多いのは九十歳乃至九十四歳で、就中九十歳乃至九十一歳のものが最も多い。男女及び年齢別は次の如くである。

| 年齢 | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 八七 | ― | 二 | 二 |
| 八九 | ― | 二 | 二 |
| 九〇 | 五〇 | 九六 | 一四六 |
| 九一 | 三〇 | 八三 | 一一三 |
| 九二 | 一〇 | 四一 | 五一 |
| 九三 | 一三 | 三九 | 五二 |
| 九四 | 一〇 | 三二 | 四二 |
| 九五 | 三 | 一五 | 一八 |
| 九六 | 三 | 一五 | 一八 |
| 九七 | 一 | 七 | 八 |
| 九八 | 一 | 三 | 四 |
| 九九 | 二 | 七 | 九 |
| 一〇〇 | ― | 一 | 一 |
| 一〇一 | 一 | 三 | 四 |
| 一〇二 | ― | ― | ― |
| 一〇三 | ― | 一 | 一 |
| 不明 | 三 | 二 | 五 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

右の表に現れて居る如く男子の百二十七人に對して女子は三百四十九人の多きに達して居る。男子よりも女子の方が長命するもの多きは萬國共通の現象のやうである。日本でも八十以上の人は女が甚だ多い。これは病氣が少いためであるか。それならば結構であるが、そうでなく女は多くは家庭で割合に靜な生活をして居る。これに反して男は雨雪を論せず外出したり、又劇動に從事したりして早くから身體を傷ふため長命が出來難い。女でも劇務に從事させると早く病氣にかゝつて、長壽を保つことが困難となる。

## 現住所

現住所は左表の如く市部に住むもの少く市外のも

のが多い。

## 現住所

| 住所 | 男 | 女 | 合計 |
|---|---|---|---|
| 大阪市 | 八 | 四七 | 五五 |
| 大阪府下 | 二四 | 五九 | 八三 |
| 神戸市 | 三 | 九 | 一二 |
| 兵庫縣下 | 九二 | 二三四 | 三二六 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 出生地

出生地は、兵庫縣下及び大阪府下が最も多く次は大阪市で、神戸で生れたものは割合に少い。

### 出生地

| 地名 | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 大阪市 | 五 | 一五 | 二〇 |
| 大阪府下 | 一八 | 五一 | 六九 |
| 神戸市 | 一 | 二 | 三 |
| 兵庫縣下 | 九四 | 二三三 | 三二七 |
| 岡山縣下 | 二 | 四 | 六 |
| 和歌山縣下 | 一 | 三 | 四 |
| 奈良縣下 | 一 | 八 | 九 |
| 廣島縣下 | 一 | 一 | 二 |
| 岐阜縣下 | 二 | 二 | 四 |
| 徳島縣下 | 一 | 二 | 三 |
| 東京市 | 一 | 二 | 三 |
| 愛媛縣下 | ｜ | 三 | 三 |
| 京都市 | ｜ | 三 | 三 |
| 京都府下 | ｜ | 七 | 七 |
| 滋賀縣下 | ｜ | 四 | 四 |
| 石川縣下 | ｜ | 一 | 一 |
| 香川縣下 | ｜ | 一 | 一 |
| 山口縣下 | ｜ | 一 | 一 |
| 福井縣下 | ｜ | 一 | 一 |
| 三重縣下 | ｜ | 二 | 二 |
| 不明 | ｜ | 三 | 三 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 結婚の有無

結婚の有無を檢べて見ると總計四百七十六人の中結婚せぬものが女に一人あるだけで、他は皆結婚して居る。

### 結婚の有無

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 結婚せしもの | 一二七 | 三四八 | 四七五 |
| 結婚せざるもの | ○ | 一 | 一 |

| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |
| --- | --- | --- | --- |

## 結婚時の年齢

男女幾歳の時に結婚したかを見るに男子は二十五歳から三十歳までのものが多く、女子では十七歳から二十六歳までのものが最も多い。

更に進んで初婚の年齢を見るに男子では十八歳が最も年少で、これが二人ある。女子の方は十四歳が二人、十五歳が一人、十六歳が八人ある。又初婚年齢の比較的後れたものは男子で三十七歳、三十八歳四十一歳各一人ある。再婚では五十四歳が一人、三婚では四十五歳、四十七歳、四十八歳、五十四歳六十一歳、七十一歳、七十四歳が各一人。四婚は七十二歳で一人ある。女子の方では初婚で割合に晩いのは三十七歳、四十二歳が各一人、再婚は三十八歳二人、四十歳、四十二歳、四十四歳、五十七歳、六十一歳が各一人、三婚は四十五歳が一人である。　尚ほ詳細は左の如くである。

### 結婚年齢（男子）

| 年齢 | 初婚 | 再婚 | 三婚 | 四婚 | 計 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 一八 | 二 | — | — | — | 二 |
| 一九 | 二 | — | — | — | 二 |
| 二〇 | 六 | — | — | — | 六 |
| 二一 | 三 | — | — | — | 三 |
| 二二 | 五 | — | — | — | 五 |
| 二三 | 五 | — | — | — | 五 |
| 二四 | 八 | 二 | — | — | 一〇 |
| 二五 | 一三 | — | — | — | 一三 |
| 二六 | 一四 | 二 | — | — | 一六 |
| 二七 | 七 | 一 | — | — | 八 |
| 二八 | 一三 | — | — | — | 一三 |
| 二九 | 二 | — | — | — | 二 |
| 三〇 | 一二 | 一 | — | — | 一三 |
| 三一 | 五 | 三 | — | — | 八 |
| 三二 | 三 | 三 | — | — | 六 |
| 三三 | 三 | 一 | — | — | 四 |
| 三四 | — | — | — | — | — |
| 三五 | 一 | 三 | — | — | 四 |
| 三六 | — | — | 一 | — | 一 |
| 三七 | 一 | — | — | — | 一 |
| 三八 | 一 | — | — | — | 一 |
| 三九 | — | — | — | — | — |
| 四〇 | — | 三 | — | — | 三 |

| 年齢 | (row 1) | (row 2) | (row 3) | (row 4) | 計 |
|---|---|---|---|---|---|
| 四一 | 一 | \| | \| | \| | 一 |
| 四二 | \| | 一 | \| | \| | 一 |
| 四三 | \| | \| | \| | \| | \| |
| 四四 | \| | \| | \| | \| | \| |
| 四五 | \| | \| | 一 | \| | 一 |
| 四六 | \| | \| | \| | \| | \| |
| 四七 | \| | \| | 一 | \| | 一 |
| 四八 | \| | \| | 一 | \| | 一 |
| 五四 | \| | 一 | 一 | \| | 二 |
| 六一 | \| | \| | 一 | \| | 一 |
| 七一 | \| | \| | 一 | \| | 一 |
| 七二 | \| | \| | \| | 一 | 一 |
| 七三 | \| | \| | \| | \| | \| |
| 七四 | \| | \| | 一 | \| | 一 |
| 不明 | \| | \| | \| | \| | 一二 |
| 計 | 一〇七 | 二一 | 八 | 一 | 一四九 |

## 結婚年齢（女子）

| 年齢 | 初婚 | 再婚 | 三婚 | 計 |
|---|---|---|---|---|
| 一四 | 二 | \| | \| | 二 |
| 一五 | 一 | \| | \| | 一 |
| 一六 | 八 | \| | \| | 八 |
| 一七 | 一五 | \| | \| | 一五 |
| 一八 | 三三 | 一 | \| | 三四 |
| 一九 | 四四 | \| | \| | 四四 |
| 二〇 | 三六 | \| | \| | 三六 |
| 二一 | 三一 | 一 | \| | 三二 |
| 二二 | 二九 | \| | \| | 二九 |
| 二三 | 二二 | 二 | \| | 二四 |
| 二四 | 三〇 | 三 | \| | 三三 |
| 二五 | 二五 | 二 | \| | 二七 |
| 二六 | 一三 | 三 | \| | 一六 |
| 二七 | 八 | 一 | 一 | 一〇 |
| 二八 | 八 | 六 | \| | 一四 |
| 二九 | 三 | 二 | \| | 五 |
| 三〇 | 二 | 六 | \| | 八 |
| 三一 | 一 | 一 | \| | 二 |
| 三二 | 一 | 二 | \| | 三 |
| 三三 | 二 | 二 | 一 | 五 |
| 三四 | \| | \| | \| | \| |
| 三五 | 三 | 二 | \| | 五 |
| 三六 | \| | 二 | \| | 二 |
| 三七 | 一 | 一 | \| | 二 |
| 三八 | \| | 二 | \| | 二 |
| 三九 | \| | \| | \| | \| |
| 四〇 | \| | 一 | \| | 一 |
| 四一 | \| | \| | \| | \| |
| 四二 | 一 | 一 | \| | 二 |
| 四三 | \| | \| | \| | \| |
| 四四 | \| | 一 | \| | 一 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 四五 | ｜ | ｜ | 一 | 一 |
| 五七 | ｜ | 一 | ｜ | 一 |
| 六一 | ｜ | 一 | ｜ | 一 |
| 不明 | ｜ | ｜ | ｜ | 二〇 |
| 計 | 三一九 | 四四 | 三 | 三八六 |

更に進んで再婚者、三婚者及び四婚者に就きて結婚時の夫婦年齢を見るとその年齢差の多いのは四十歳の男子と二十歳の女子との再婚が二組ある。又男女相共に高齢で結婚したのは再婚では男の七十六歳と女の五十七歳、三婚では男の七十四歳女の六十五歳、四婚では男の七十二歳と女の四十二歳とがその主なるものである。

再婚者

| | | | |
|---|---|---|---|
| 一 | 男二十七歳 | ｜ | 女二十四歳 |
| 二 | 男二十四歳 | ｜ | 女二十一歳 |
| 三 | 男四十歳 | ｜ | 女二十歳 |
| 四 | 男二十四歳 | ｜ | 女十七歳 |
| 五 | 男三十二歳 | ｜ | 女十八歳、 |
| 六 | 男三十五歳 | ｜ | 女三十四歳 |
| 七 | 男四十歳 | ｜ | 女二十歳 |
| 八 | 男五十四歳 | ｜ | 女三十三歳 |
| 九 | 男二十四歳 | ｜ | 女二十三歳 |
| 一〇 | 男四十歳 | ｜ | 女三十一歳 |
| 一一 | 男四十二歳 | ｜ | 女二十五歳 |
| 一二 | 男三十一歳 | ｜ | 女二十五歳 |
| 一三 | 男二十六歳 | ｜ | 女二十四歳 |
| 一四 | 男三十一歳 | ｜ | 女二十二歳 |
| 一五 | 男四十歳 | ｜ | 女三十五歳 |
| 一六 | 男三十四歳 | ｜ | 女四十四歳 |
| 一七 | 男三十七歳 | ｜ | 女四十歳 |
| 一八 | 男四十五歳 | ｜ | 女三十歳 |
| 一九 | 男四十歳 | ｜ | 女三十歳 |
| 二〇 | 男三十歳 | ｜ | 女三十歳 |
| 二一 | 男四十歳 | ｜ | 女三十五歳 |
| 二二 | 男三十六歳 | ｜ | 女三十歳 |
| 二三 | 男二十九歳 | ｜ | 女二十三歳 |
| 二四 | 男三十三歳 | ｜ | 女三十三歳 |
| 二五 | 男三十歳 | ｜ | 女二十八歳 |
| 二六 | 男二十八歳 | ｜ | 女二十八歳 |
| 二七 | 男四十一歳 | ｜ | 女三十五歳 |
| 二八 | 男二十八歳 | ｜ | 女二十六歳 |
| 二九 | 男三十八歳 | ｜ | 女二十九歳 |
| 三〇 | 男二十四歳 | ｜ | 女十八歳 |
| 三一 | 男二十九歳 | ｜ | 女二十五歳 |
| 三二 | 男三十四歳 | ｜ | 女二十八歳 |
| 三三 | 男四十八歳 | ｜ | 女三十六歳 |
| 三四 | 男二十六歳 | ｜ | 女三十二歳 |

三五　男三十五歳 — 女三十歳
三六　男三十五歳 — 女二十歳
三七　男三十三歳 — 女二十八歳
三八　男三十四歳 — 女二十九歳
三九　男四十五歳 — 女三十二歳
四〇　男七十六歳 — 女五十七歳

### 三　婚者

一　男四十六歳 — 女四十五歳
二　男三十七歳 — 女三十一歳
三　男三十二歳 — 女二十七歳
四　男三十六歳 — 女二十七歳
五　男四十七歳 — 女三十三歳
六　男四十八歳 — 女四十九歳
七　男五十四歳 — 女三十九歳
八　男四十五歳 — 女四十三歳
九　男七十四歳 — 女六十五歳
一〇　男三十八歳 — 女三十三歳

### 四　婚者

男七十二歳 — 女四十二歳

## 子供の數

高齢者がどれだけの子供を生んで居るかを見ると次の表の如くである。一番多いのは三人あるもので次は五人、次は四人、次は六人、七人、二人の順で子供の無いものが三十五人ある。

### 子供の數（生死共）

| 子供の數 | 人員 | 子供の數 | 人員 |
|---|---|---|---|
| 一 | 二四 | 二 | 三七 |
| 三 | 七八 | 四 | 六六 |
| 五 | 七二 | 六 | 五四 |
| 七 | 五〇 | 八 | 二九 |
| 九 | 一六 | 一〇 | 九 |
| 一一 | 三 | 一二 | 一 |
| 一三 | 二 | 無 | 三五 |
| 計 | 四七六 | | |

次にこどもの生存して居るものゝ數を計算して見ると二人のものが最も多く、次が三人、次が一人、次が四人、五人、六人の順序である。

### 子供の數（生存者）

| 子供の數 | 人員 | 子供の數 | 人員 |
|---|---|---|---|
| 一 | 九〇 | 二 | 一一五 |
| 三 | 九二 | 四 | 六四 |
| 五 | 二六 | 六 | 一四 |
| 七 | 六 | 八 | \| |
| 九 | 二 | 一二 | 一 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 無 | 三七 | 死亡 | 二六 |
| 不明 | 三 | 計 | 四七六 |

## 兄弟生存者の年齢

長壽者の兄弟の中で生存して居る人の年齢は次の如くである。

| 年齢 | 人數 | 年齢 | 人數 |
|---|---|---|---|
| 四五 | 一 | 四六 | 三 |
| 五四 | 三 | 五六 | 二 |
| 五七 | 三 | 五八 | 三 |
| 五九 | 二 | 六〇 | 二 |
| 六一 | 二 | 六二 | 二 |
| 六五 | 六 | 六六 | 一 |
| 六七 | 五 | 六八 | 二 |
| 六九 | 一 | 七〇 | 六 |
| 七一 | 四 | 七二 | 四 |
| 七三 | 二 | 七四 | 二 |
| 七五 | 八 | 七六 | 二 |
| 七七 | 二 | 七八 | 七 |
| 七九 | 三 | 八〇 | 七 |
| 八一 | 五 | 八二 | 一 |
| 八三 | 三 | 八四 | 一 |
| 八五 | 九 | 八六 | 六 |
| 八七 | 四 | 八八 | 五 |
| 八九 | 二 | 九〇 | 四 |
| 九一 | 一 | 九二 | 一 |
| 九六 | 二 | 六〇以上 | 五 |
| 不明 | 二五 | 無し | 三六四 |

この表で見ると年齢のわかつて居るものが百三十四人あつて、其中六十歳以上のものが百十七人もある事を思ふと、長壽者の間には遺傳的の關係があるものと認められるのである。

## 同胞の數

長壽者の同胞の數（本人は勿論省く）は次表の如く多數のものから數へると二人、三人、四人、一人、五人、六人、七人、八人の順である。

### 兄弟の數

| 兄弟の數 | | | |
|---|---|---|---|
| 一 | 五二 | 二 | 九九 |
| 三 | 九七 | 四 | 七五 |
| 五 | 四九 | 六 | 二五 |
| 七 | 二一 | 八 | 一〇 |
| 九 | 三 | 一〇 | 三 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 無 | 三三 | 不明 | 九 |
| 計 | | 四七六 | |

## 死亡せし兄弟の年齢

兄弟のうち死亡した時の年齢を見ると、六十歳以上の年齢に達して居るものが餘程多い。これも亦前項のものと相對して遺傳的關係の上から極めて面白き事實である。

兄弟のうち死亡者の年齢

| 年齢 | 人數 | 年齢 | 人數 |
|---|---|---|---|
| 二〇歳以下 | 三八 | 二一 | 三 |
| 二二 | 五 | 二三 | 四 |
| 二四 | 二 | 二五 | 七 |
| 二六 | 一 | 二七 | 三※ |
| 二八 | 七 | 二九 | 三 |
| 三〇 | 七 | 三一 | 一 |
| 三二 | 二 | 三三 | 三 |
| 三四 | 二 | 三五 | 三 |
| 三六 | 二 | 三七 | 五 |
| 三八 | 二 | 三九 | 二 |
| 四〇 | 一二 | 四一 | 五 |
| 四二 | 四 | 四三 | 三 |
| 四四 | 五 | 四五 | 八 |
| 四六 | 三 | 四七 | 一 |
| 四八 | 二 | 四九 | 二 |
| 五〇 | 一三 | 五一 | 七 |
| 五二 | 三 | 五三 | 五 |
| 五四 | 三 | 五五 | 六 |
| 五六 | 六 | 五七 | 六 |
| 五八 | 五 | 五九 | 二 |
| 六〇 | 二〇 | 六一 | 一四 |
| 六二 | 一三 | 六三 | 八 |
| 六四 | 八 | 六五 | 一三 |
| 六六 | 九 | 六七 | 八 |
| 六八 | 一〇 | 六九 | 四 |
| 七〇 | 二三 | 七一 | 五 |
| 七二 | 一八 | 七三 | 二〇 |
| 七四 | 一〇 | 七五 | 一九 |
| 七六 | 二〇 | 七七 | 一四 |
| 七八 | 一九 | 七九 | 一二 |
| 八〇 | 三八 | 八一 | 九 |
| 八二 | 一五 | 八三 | 一九 |
| 八四 | 一三 | 八五 | 一二 |
| 八六 | 一〇 | 八七 | 一〇 |
| 八八 | 四 | 八九 | 五 |
| 九〇 | 三 | 九一 | 三 |
| 九二 | 二 | 九三 | 六 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 九四 | 三 | 九五 | 三 |
| 一〇六 | 一 | 計 | 六二一 |
| 三〇―四〇 | 六 | 四〇前後 | 一一 |
| 五〇前後 | 一七 | 六〇以上 | 二五 |
| 七〇前後 | 一四 | 七〇以上 | 四〇 |
| 七五―八六 | 一八 | 八〇代 | 二六 |
| 四〇―九〇 | 四 | 若死 | 一〇 |
| 長命 | 一三 | 不明 | 五二一 |
| 計 | 一三三一 | | |

註　※内一名は戰死

## 兩親死亡時の年齡

長壽者の兩親の死亡年齡を調べて見ると次ぎの表の如く、七百二人の中六十歲以上のものゝ數が五百二十六人の多きに達して居る、この點よりして益々遺傳の力の濃厚なることを信ぜざるを得ぬのである。

### 兩親死亡時の年齡

| 年齡 | 父 | 母 | 計 |
|---|---|---|---|
| 二〇 | ｜ | 一 | 一 |
| 二三 | 一 | ｜ | 一 |
| 二五 | ｜ | 一 | 一 |
| 二八 | ｜ | 一 | 一 |
| 二九 | 一 | 一 | 二 |
| 三〇 | 六 | 二 | 八 |
| 三一 | ｜ | 一 | 一 |
| 三二 | ｜ | 二 | 二 |
| 三三 | ｜ | 三 | 三 |
| 三四 | 二 | 二 | 四 |
| 三五 | 二 | ｜ | 二 |
| 三七 | 二 | 五 | 七 |
| 三八 | 一 | 六 | 七 |
| 三九 | 三 | 二 | 五 |
| 四〇 | 一 | 七 | 八 |
| 四一 | 一 | 二 | 三 |
| 四二 | 一〇 | 二 | 一二 |
| 四三 | 一 | 四 | 五 |
| 四四 | 一 | ｜ | 一 |
| 四五 | 二 | 四 | 六 |
| 四六 | ｜ | 二 | 二 |
| 四七 | 一 | 一 | 二 |
| 四八 | 二 | 二 | 四 |
| 四九 | 一 | 二 | 三 |
| 五〇 | 一〇 | 二 | 一二 |
| 五一 | 六 | 一 | 七 |
| 五二 | 五 | 二 | 七 |
| 五三 | 七 | 八 | 一五 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 五四 | 二 | 三 | 五 |
| 五五 | 一〇 | 二 | 一二 |
| 五六 | 三 | 一 | 四 |
| 五七 | 三 | 五 | 八 |
| 五八 | 一 | 六 | 七 |
| 五九 | 二 | 三 | 五 |
| 六〇 | 一五 | 五 | 二〇 |
| 六一 | 一一 | 四 | 一五 |
| 六二 | 六 | 七 | 一三 |
| 六三 | 五 | 七 | 一二 |
| 六四 | 二 | 二 | 四 |
| 六五 | 一四 | 一二 | 二六 |
| 六六 | 七 | 六 | 一三 |
| 六七 | 三 | 二 | 五 |
| 六八 | 一〇 | 六 | 一六 |
| 六九 | 四 | 三 | 七 |
| 七〇 | 二一 | 九 | 三〇 |
| 七一 | 一二 | 五 | 一七 |
| 七二 | 一三 | 一〇 | 二三 |
| 七三 | 二九 | 二一 | 五〇 |
| 七四 | 八 | 七 | 一五 |
| 七五 | 一六 | 一一 | 二七 |
| 七六 | 六 | 一一 | 一七 |
| 七七 | 一六 | 八 | 二四 |
| 七八 | 一五 | 九 | 二四 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 七九 | 二 | 一 | 三 |
| 八〇 | 一〇 | 一七 | 二七 |
| 八一 | 四 | ｜ | 四 |
| 八二 | 一〇 | ｜ | 一〇 |
| 八三 | 一一 | ｜ | 一一 |
| 八四 | 五 | 一二 | 一七 |
| 八五 | 九 | 七 | 一六 |
| 八六 | 三 | 五 | 八 |
| 八七 | 二 | 五 | 七 |
| 八八 | 七 | 一一 | 一八 |
| 八九 | 三 | 五 | 八 |
| 九〇 | 五 | 六 | 一一 |
| 九一 | 二 | 二 | 四 |
| 九二 | 一 | 二 | 三 |
| 九三 | 一 | 四 | 五 |
| 九四 | 二 | 四 | 六 |
| 九五 | 二 | 二 | 四 |
| 九六 | ｜ | 二 | 二 |
| 九八 | ｜ | 一 | 一 |
| 一〇〇 | ｜ | 一 | 一 |
| 四〇代 | 一 | ｜ | 一 |
| 五〇代 | 一 | 一 | 二 |
| 八〇代 | 二 | ｜ | 二 |
| 計 | 三八三 | 三一九 | 七〇二 |
| 不明 | 九三 | 一五七 | 二五〇 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 計 | 四七六 | 四七六 | 九五二 |

## 職業

長壽者の職業の種類は農業が最も多く、其他は種雜多である。
職業の種類は左の如くである。

| 職業 | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 農 | 九〇 | 二一七 | 三〇七 |
| 無職 | 二 | 七四 | 七六 |
| 手傳業 | 一 | 一 | 二 |
| 桶職 | 一 | ｜ | 一 |
| 旅館 | 一 | 二 | 三 |
| 精米商 | 一 | 一 | 二 |
| 酒屋 | 二 | 一 | 三 |
| 八百屋 | 二 | 一 | 三 |
| はり、灸 | 一 | ｜ | 一 |
| 大工 | 二 | ｜ | 二 |
| 僧侶 | 一 | 一 | 二 |
| 草履造り | 一 | ｜ | 一 |
| 商人 | 一 | ｜ | 一 |
| 村長 | 一 | ｜ | 一 |
| 荒物古物 | 一 | ｜ | 一 |
| 小間物屋 | 二 | ｜ | 二 |
| 武士 | 一 | ｜ | 一 |
| 乾物屋 | 一 | ｜ | 一 |
| 屋根葺職 | 一 | ｜ | 一 |
| 漁業 | 一 | 一 | 二 |
| 醫業 | 一 | ｜ | 一 |
| 綿打業 | 一 | ｜ | 一 |
| 銅商 | 一 | ｜ | 一 |
| 骨董商 | 一 | ｜ | 一 |
| 漁具及び學校用品商 | 一 | ｜ | 一 |
| 神職 | 一 | ｜ | 一 |
| 半農半漁 | 二 | ｜ | 二 |
| 農の傍ら他の仕事 | 三 | ｜ | 三 |
| 製紙業 | ｜ | 一 | 一 |
| 豆腐屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 質屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 麻絲商 | ｜ | 一 | 一 |
| 洋傘屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 金貸業 | ｜ | 一 | 一 |
| 布織業 | ｜ | 一 | 一 |
| 貸座敷業 | ｜ | 一 | 一 |
| 船乘 | ｜ | 二 | 二 |
| 茶業 | ｜ | 二 | 二 |
| 染物業 | ｜ | 一 | 一 |
| 魚行商 | ｜ | 二 | 二 |
| 呉服屋 | ｜ | 二 | 二 |

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 按摩 | ｜ | 二 | 二 |
| 疊表製造 | ｜ | 一 | 一 |
| 產婆 | ｜ | 二 | 二 |
| 酢製造 | ｜ | 一 | 一 |
| 金物商 | ｜ | 一 | 一 |
| 絲くり | ｜ | 三 | 三 |
| 菓子屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 繩なひ | ｜ | 一 | 一 |
| 傘の骨商 | ｜ | 一 | 一 |
| 針仕事 | ｜ | 一 | 一 |
| 料理屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 竹屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 木綿屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 油小賣商 | ｜ | 一 | 一 |
| 不明 | 二 | 一三 | 一五 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 飲酒の有無

飲酒の有無を觀察すると次のやうな事實が出た、即ち男では飲酒と非飲酒と相伯仲し、女は飲まぬもの丶方が遙に多い。

飲酒の有無

| 酒を飲む者 | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 一合以下 | 四三 | 一一六 | 一五九 |
| 一合乃至三合 | 一七 | 一一 | 二八 |
| 三合乃至五合 | 〇 | 〇 | 〇 |
| 五合以上 | 〇 | 〇 | 〇 |
| 計 | 六〇 | 一二七 | 一八七 |
| 酒飲まぬ者 | 五八 | 二一七 | 二七五 |
| 不明 | 三 | 一 | 四 |
| 若き時飲み今は飲まぬ | 六 | 四 | 一〇 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 喫煙

喫煙の有無を見ると次表の如く煙草を好むものよりは煙草を嫌ふもの丶方が男女共に多い就中男子に於てこの數の多きは注目すべき現象である。

喫煙の有無

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 煙草を好む | 五九 | 一一五 | 一七四 |
| 煙草は嫌ひ | 六八 | 二三三 | 三〇一 |
| 不明 | ｜ | 一 | 一 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 食物の種類

| | | | |
|---|---|---|---|
| 計 | 四七六 | 四七六 | 九五二 |

## 職業

長壽者の職業の種類は農業が最も多く、其他は種種雜多である。

職業の種類は左の如くである。

| 職業 | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 農 | 九〇 | 二一七 | 三〇七 |
| 無職 | 二 | 七四 | 七六 |
| 手傳業 | 一 | 一 | 二 |
| 桶職 | 一 | \| | 一 |
| 旅館 | 一 | 二 | 三 |
| 精米商 | 一 | 一 | 二 |
| 酒屋 | 二 | 一 | 三 |
| 八百屋 | 二 | 一 | 三 |
| はり、灸 | 一 | \| | 一 |
| 大工 | 二 | \| | 二 |
| 僧侶 | 一 | 一 | 二 |
| 草履造り | 一 | \| | 一 |
| 商人 | 一 | \| | 一 |
| 村長 | 一 | \| | 一 |
| 荒物古物 | 一 | \| | 一 |
| 小間物屋 | 二 | \| | 二 |
| 武士 | 一 | \| | 一 |
| 乾物屋 | 一 | \| | 一 |
| 屋根葺職 | 一 | \| | 一 |
| 漁業 | 一 | 一 | 二 |
| 醫業 | 一 | \| | 一 |
| 綿打業 | 一 | \| | 一 |
| 銅商 | 一 | \| | 一 |
| 骨董商 | 一 | \| | 一 |
| 漁具及び學校用品商 | 一 | \| | 一 |
| 神職 | 一 | \| | 一 |
| 半農半漁 | 二 | \| | 二 |
| 農の傍ら他の仕事 | 三 | \| | 三 |
| 製紙業 | \| | 一 | 一 |
| 豆腐屋 | \| | 一 | 一 |
| 質屋 | \| | 一 | 一 |
| 麻絲商 | \| | 一 | 一 |
| 洋傘屋 | \| | 一 | 一 |
| 金貸業 | \| | 一 | 一 |
| 布織業 | \| | 一 | 一 |
| 貸座敷業 | \| | 一 | 一 |
| 船乘 | \| | 二 | 二 |
| 茶業 | \| | 二 | 二 |
| 染物業 | \| | 一 | 一 |
| 魚行商 | \| | 二 | 二 |
| 呉服屋 | \| | 二 | 二 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 按摩 | ｜ | 二 | 二 |
| 疊表製造 | ｜ | 一 | 一 |
| 產婆 | ｜ | 二 | 二 |
| 酢製造 | ｜ | 一 | 一 |
| 金物商 | ｜ | 一 | 一 |
| 緣くり | ｜ | 三 | 三 |
| 菓子屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 繩なひ | ｜ | 一 | 一 |
| 傘の骨商 | ｜ | 一 | 一 |
| 針仕事 | ｜ | 一 | 一 |
| 料理屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 竹屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 木綿屋 | ｜ | 一 | 一 |
| 油小賣商 | ｜ | 一 | 一 |
| 不明 | 二 | 一三 | 一五 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 飲酒の有無

飲酒の有無を觀察すると次のやうな事實が出た、即ち男では飲酒と非飲酒と相伯仲し、女は飲まぬものゝ方が遙に多い。

飲酒の有無

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 酒を飲む者 | | | |
| 一合以下 | 四三 | 一一六 | 一五九 |
| 一合乃至三合 | 一七 | 一一 | 二八 |
| 三合乃至五合 | 〇 | 〇 | 〇 |
| 五合以上 | 〇 | 〇 | 〇 |
| 計 | 六〇 | 一二七 | 一八七 |
| 酒飲まぬ者 | 五八 | 二一七 | 二七五 |
| 不明 | 三 | 一 | 四 |
| 若き時飲み今は飲まぬ | 六 | 四 | 一〇 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 喫煙

喫煙の有無を見ると次表の如く煙草を好むものよりは煙草を嫌ふものゝ方が男女共に多い就中男子に於てこの數の多きは注目すべき現象である。

喫煙の有無

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 烟草を好む | 五九 | 一一五 | 一七四 |
| 烟草は嫌ひ | 六八 | 二三三 | 三〇一 |
| 不明 | ｜ | 一 | 一 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 食物の種類

あなたは主として菜食ですか、肉食ですか、混食ですかの間に對して答へたるところを調査して見ると左の如き結果になつた。即ち混食のものが最も多く、次で菜食、次が肉食の割合である。

菜、肉、混食

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 菜食 | 三七 | 一三五 | 一七二 |
| 肉食 | 九 | 二三 | 三二 |
| 混食 | 七三 | 一七一 | 二四四 |
| 不明 | 八 | 二〇 | 二八 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 睡眠の時間

長壽者睡眠時間は男女相共に六時間乃至十一時間が普通で、就中最も多數なるは男女共に八時間乃至九時間のものである、特に睡眠時間の少きは二時間乃至三時間のもので、これは男に三人、女に六人ある。又睡眠の著しく長きものは十二時間以上のものが男に八人、女に三十五人、不斷眠り勝ちと言ふものが男に六人、女に二十一人である。

睡眠時間

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 二時間乃至三時間 | 三 | 六 | 九 |
| 四時間乃至五時間 | 一四 | 一六 | 三〇 |
| 六時間乃至七時間 | 二四 | 六五 | 八九 |
| 八時間乃至九時間 | 三三 | 一一七 | 一五〇 |
| 十時間乃至十一時間 | 三二 | 七四 | 一〇六 |
| 十二時間以上 | 八 | 三五 | 四三 |
| 不斷眠り勝ちの者 | 六 | 二一 | 二七 |
| 不明 | 七 | 一五 | 二二 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 食事の注意

食事につきてどんな注意をなさいましたかの間に答へたものを整理して見ると次ぎの如くである。即ち不消化物を食せず量を一定すると言ふのが最も多い。その次ぎは大食せぬ腹八分目、次は間食せぬ、次はよく咀嚼すると言ふものゝ順である。これ等は學術上の根據と自ら相一致して居るのである。

食事に就いての注意

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 不消化物を食せず量を一定する | 二一 | 二九 | 五〇 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 生物を食せず | 〇 | 六 | 六 |
| 大食せぬ腹八分目 | 一五 | 三三 | 四八 |
| 楽しく食事をする | 一 | ― | 一 |
| 間食せず | 五 | 一二 | 一七 |
| よく噛んで食す | 三 | 七 | 一〇 |
| 暖き物を食す | 一 | 一 | 二 |
| 茶を飲まぬ | 一 | ― | 一 |
| 毎日餅を食後に少量 | 一 | ― | 一 |
| よく煮たものを食す | 一 | 八 | 九 |
| 味噌汁に麦飯で漬物を必ず食す | 一 | 二 | 三 |
| 何かにつけて注意する | 一 | 五 | 六 |
| 熱い物を食べない | 一 | 二 | 三 |
| 菜を食す | 一 | 三 | 四 |
| 新鮮なる物を食す | ― | 四 | 四 |
| 夕食を控へる | ― | 一 | 一 |
| 粗食にて少量 | ― | 一 | 一 |
| 食事の時必ず梅干を食す | ― | 一 | 一 |
| 注意せず | 七四 | 二三五 | 三〇九 |
| 計 | 一二七 | 三五〇 | 四七七 |

## 現今の生活方法

現今主に何をしておいでになりますかの問に對する答を觀るに、特にこれと言ふ仕事をして居らぬものが最も多い。悠々自適とも言ふのであらうか。それに次ぎては家事の手傳、農事の手傳、裁縫、子守、縄なひ等である。

### 現今主たる生活方法

| 種類 | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 特にこれと言ふ仕事をせず | 五三 | 一六三 | 二一六 |
| 田畑山林へ行く | 二 | ― | 二 |
| 農事手傳 | 一七 | 一二 | 二九 |
| 手仕事 | 五 | 五 | 一〇 |
| 草履造り | 三 | 四 | 七 |
| むしろ作り | 二 | ― | 二 |
| 縄なひ | 一四 | 一一 | 二五 |
| 家事手傳 | 五 | 三〇 | 三五 |
| 子守 | 二 | 二六 | 二八 |
| 商賣 | 一 | ― | 一 |
| 朝夕散歩 | 四 | ― | 四 |
| マッチの仕事 | 一 | 二 | 三 |
| 将棋などして遊ぶ | 一 | ― | 一 |
| 庭園仕事 | 二 | 一 | 三 |
| 讀書 | 一 | 四 | 五 |
| 行商 | 一 | ― | 一 |
| 大工 | 一 | ― | 一 |
| 村の小使 | 一 | ― | 一 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 絲くり | ｜ | 一〇 | 一〇 |
| 横包を編む | ｜ | 三 | 三 |
| 裁縫 | ｜ | 二九 | 二九 |
| 疊の表を造る | ｜ | 二 | 二 |
| 按摩 | ｜ | 一 | 一 |
| 使歩き | ｜ | 一 | 一 |
| 寺詣り | 二 | 八 | 一〇 |
| 神様詣り | ｜ | 三 | 三 |
| 牛飼 | ｜ | 一 | 一 |
| 洗濯 | ｜ | 一 | 一 |
| 山かせぎ | ｜ | 一 | 一 |
| 綿つむぎ | ｜ | 一 | 一 |
| たどん造り | ｜ | 一 | 一 |
| 自由 | | 三 | 三 |
| 不明 | 一二 | 二六 | 三八 |
| 計 | 一三〇 | 三四九 | 四七九 |

## 既往症

長壽者が從來經過したる疾病は次の如くであつた。

既往症

| 病名 | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 疔 | 一 | 一 | 二 |
| 神經痛 | 一 | 一 | 二 |
| 熱病 | 五 | 四 | 九 |
| 胃病 | 三 | 三 | 六 |
| 疝氣 | 五 | ｜ | 五 |
| 肺病 | 二 | 三 | 五 |
| リョウマチス | 一 | 四 | 五 |
| 吹出物 | 一 | 一 | 二 |
| 卒倒 | 一 | ｜ | 一 |
| 赤痢 | 二 | 四 | 六 |
| 眼病 | 二 | 一 | 三 |
| 窒扶斯 | 四 | 八 | 一二 |
| 癪 | 三 | 七 | 一〇 |
| 手を病む | 一 | ｜ | 一 |
| 間歇熱 | 六 | 五 | 一一 |
| 腹病 | 四 | 三 | 七 |
| 耳病 | 一 | ｜ | 一 |
| 昔の疫病 | 二 | ｜ | 二 |
| 風邪 | 一 | 四 | 五 |
| 虎列剌 | 一 | 一 | 二 |
| 脚氣 | 一 | ｜ | 一 |
| せんしやく | 一 | ｜ | 一 |
| さゝわり | 一 | ｜ | 一 |
| 腰痛 | 一 | ｜ | 一 |
| 肝癆 | ｜ | 一 | 一 |
| 腎臓病 | ｜ | 一 | 一 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| のぼせ | — | 四 | 四 |
| 中風 | — | 一 | 一 |
| はしか | — | 三 | 三 |
| 咳 | — | 一 | 一 |
| 心臓病 | — | 二 | 二 |
| 溜飲 | — | 一 | 一 |
| 大腸加答兒 | — | 二 | 二 |
| たんしよう | — | 一 | 一 |
| 血の道 | — | 一二 | 一二 |
| 子宮病 | — | 一 | 一 |
| 頭痛 | — | 一 | 一 |
| 天然痘 | — | 六 | 六 |
| 産褥熱 | — | 二 | 二 |
| 丹毒 | — | 二 | 二 |
| のどより出血 | — | 一 | 一 |
| 痔病 | — | 一 | 一 |
| 喘息 | — | 一 | 一 |
| 病名不詳 | 二 | 四 | 六 |
| 不明 | 四 | 一四 | 一八 |
| 無病 | 七一 | 二四二 | 三一三 |
| 計 | 一二八 | 三五四 | 四八二 |

上表の如く男子に多きは間歇熱、熱病、疝氣、窒扶斯、腹病等で、女子の方は血の道、窒扶斯、癪、天然痘、間歇熱等が多い。殊に注目すべきは無病のもの丶多いことである。即ち男子では百二十七人中無病が七十一人、女子三百四十九人中二百四十二人の多きに及んで居ることである。これは長壽者は強健の爲め既往に疾病を經驗せぬもの丶多いことを證明するものである。

## 體重

長壽者が嘗て最も重かつたときの體重を調べて見ると、次表の如く男では十五貫から十八貫までのものが最も多く、女では十二貫から十八貫までのものが最も多い。これは普通の男女に比して確に高位にあるものと見るべきであらう。即ち長壽者の身體は概して骨骼、筋肉のよく發育したものと言へるのである。

一番多かつた時の體重

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 一一貫 | — | 四 | 四 |
| 一二貫 | 一 | 二九 | 三〇 |

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 一三貫 | 六 | 五八 | 六四 |
| 一四貫 | 九 | 六一 | 七〇 |
| 一五貫 | 一四 | 五〇 | 六四 |
| 一六貫 | 二五 | 四五 | 七〇 |
| 一七貫 | 二七 | 二二 | 四九 |
| 一八貫 | 一八 | 二〇 | 三八 |
| 一九貫 | 七 | 四 | 一一 |
| 二〇貫 | 五 | 二 | 七 |
| 二一貫 | 五 | 一 | 六 |
| 二二貫 | 二 | \| | 二 |
| 二三貫 | 四 | \| | 四 |
| 二四貫 | 一 | \| | 一 |
| 不明 | 三 | 五三 | 六〇 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 身長

身長を見ると、次表の如くである。即ち男子では五尺一寸から五尺四寸までが最も多く、女子では四尺五寸から五尺二寸までが最も多いのである。又男で五尺五寸以上六尺までのものが十七人の多きに上つて居る。是等を見ても體重と同樣、長壽者の身長が著しく發達して居ることがわかるのである。

### 身長

| | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 四尺 | \| | 一三 | 一三 |
| 四尺一寸 | \| | 二 | 二 |
| 四尺二寸 | 一 | 七 | 八 |
| 四尺三寸 | \| | 一五 | 一五 |
| 四尺四寸 | ¶ | 四 | 四 |
| 四尺五寸 | \| | 二六 | 二六 |
| 四尺六寸 | 一 | 一二 | 一三 |
| 四尺七寸 | 一 | 二六 | 二七 |
| 四尺八寸 | 六 | 四六 | 五二 |
| 四尺九寸 | 九 | 二二 | 二三 |
| 五尺 | 九 | 六六 | 七五 |
| 五尺一寸 | 一四 | 一九 | 三三 |
| 五尺二寸 | 二八 | 一八 | 四六 |
| 五尺三寸 | 二三 | 八 | 三一 |
| 五尺四寸 | 一七 | 一 | 一八 |
| 五尺五寸 | 六 | 一 | 七 |
| 五尺六寸 | 三 | \| | 三 |
| 五尺七寸 | 三 | \| | 三 |
| 五尺八寸 | 四 | \| | 四 |
| 五尺九寸 | \| | \| | \| |
| 六尺 | 一 | \| | 一 |
| 不明 | 九 | 六三 | 七二 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 食量の多寡

大食か、中食か、小食かの問に答へた結果を見ると中食ですと言ふものが最も多く、次は大食である。但し女子は大食と小食とが各同數である。

| 大食か、中食か、小食か | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 大食 | 二七 | 五一 | 七八 |
| 中食 | 七九 | 二四三 | 三二二 |
| 小食 | 一七 | 五一 | 六八 |
| 不明 | 四 | 四 | 八 |
| 計 | 一二七 | 三四九 | 四七六 |

## 長壽の方法

長壽の方法に就きては左の如き結果を得た。即ち**心配せぬこと**を必要としたものが最も多い。次では**食物に注意すること**、**よく働くこと**である。右第一は**平和の生活**を意味し、第二は**榮養品及び榮養の注意**、第三は**緊張**を意味するのである。其他早寝、早起、適度の運動、信仰等も可なり多くある。

### 長壽の方法に就ての考へ

| 種類 | 男 | 女 | 計 |
|---|---|---|---|
| 過度の勞働せぬ事 | 二 | 四 | 六 |
| 食物に注意する事 | 一五 | 二六 | 四一 |
| 心配せぬこと | 二〇 | 四五 | 六五 |
| よく働く事 | 一二 | 二八 | 四〇 |
| 安眠する事 | 三 | 二 | 五 |
| 精神の自由 | 一 | — | 一 |
| 規律正しく生活する事 | 七 | 四 | 一一 |
| 信仰 | 四 | 九 | 一三 |
| 毎朝冷水を飲む | 一 | — | 一 |
| 早寝、早起する事 | 八 | 九 | 一七 |
| 禁煙 | 二 | — | 二 |
| 身體を大切にする | 一 | 一 | 二 |
| 暴飲暴食せぬ事 | 五 | 二 | 七 |
| 間食せぬ事 | 四 | 二 | 六 |
| 粗食す | 二 | 三 | 五 |
| 適度の運動 | 一〇 | 六 | 一六 |
| 毎朝少量の酒を飲む | 一 | — | 一 |
| 善を施す | 一 | — | 一 |
| 好きな物を食する事 | 一 | 一 | 二 |
| 衛生に注意する事 | 三 | 二 | 五 |
| 禁酒 | 一 | — | 一 |
| 何事も過ざる樣に | 一 | 一 | 二 |
| 食物に嫌のものなし | 一 | 一 | 二 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 小食は長命 | 二 | 三 | 五 |
| 心配せず食事を楽しめば長命す | 一 | 一 | 一 |
| 飲料水のよい所 | ― | 三 | 三 |
| 屋敷の乾燥地、 | ― | 一 | 一 |
| 常に心を冷靜にする | ― | 一 | 一 |
| 九歳迄乳を飲んだのが長壽の原因と思ふ | ― | 一 | 一 |
| 五六十頃毎年温泉に行く | ― | 一 | 一 |
| 茶に鹽を入れて飲む | ― | 一 | 一 |
| よく食べよく働く | ― | 一 | 一 |
| 慾をせぬ事 | ― | 二 | 二 |
| よく働きよく遊ぶ | ― | 一 | 一 |
| 空氣のよい所 | ― | 一 | 一 |
| 早朝に起き新鮮な空氣を吸ひ家事を勵む | ― | 一 | 一 |
| 腹を立てない | ― | 二 | 二 |
| 幼時弱かりしも灸にて治る | ― | 二 | 二 |
| 働いたり心配してもよい | ― | 一 | 一 |
| 代々九十以上のもの多し | ― | 二 | 二 |
| 不明 | 六五 | 二一三 | 二七八 |

## 結論

一、本調査は男子百二十七人、女子三百四十九人の兵庫縣下及び大阪府下の高齢者につきて行つたものである。

二、年齢は男では九十歳乃至九十四歳が最も多く、女では九十歳から九十六歳までが最も多い。最高齢者は女子の百三歳である。百一歳は男に一人、女に三人ある。

三、現住所は大阪市内より大阪府下に多く、神戸市より兵庫縣下に多い。

四、總計四百七十六人の中結婚せぬものが女に唯一人あるのみで、他は皆結婚して居る。

五、結婚時の年齢は男子では二十五歳から三十歳までのものが多く、女子では十七歳乃至二十六歳のものが最も多い。

六、子供の數を見るに一番多數なるは三人の子供を生んだもので、次は五人、四人、六人、七人、二人の順序である。其他子供の無いものが三十五人ある。

七、兄弟の年齢を見るに百三十四人の中六十歳以上のものが百十七人の多きに上つて居る。

八、同胞の數は多數を占むるものから數へると二人

三人、四人、一人、五人、六人、七人、八人の順である。

九、死亡した兄弟の年齢を見ると六十歳以上の年齢に達して居るものが餘程多い。

一〇、兩親死亡時の年齢を見ると六十歳以上であつたものゝ數が餘程多くある。彼此を綜合して遺傳の力の大なることを認めねばならぬ。

一一、長壽者の職業は農業が最も多い其他は雜多で特殊のものは無い。

一二、飮酒の有無を調べて見ると男では飮酒者と非飮酒者とは伯仲し、女子は飮むものより飮まぬ方が多い。但し飮酒でも一合以下と云ふものが多く一合乃至二合と云ふものは割に少い。

一三、煙草は男女共に用ひぬものゝ方が多い。就中男子に喫煙の甚だ少いのは注目すべき現象である。

一四、長壽者の主としてとれる食物は混食のものが最も多く、次で菜食、次が肉食である。

一五、睡眠時間は男も女も共に六時間乃至十一時間のものが普通で、就中八時間乃至九時間のものが男女共に最も多い。

一六、食事の注意として不消化物を食せず量を一定すると言ふのが最も多い。その次は大食せぬ腹八分目、次は間食せぬ、次はよく咀嚼すると言ふ順序である。

一七、現今生活の方法として擧げたるものゝ主なるは無爲が最も多い。次は家事の手傳、農事の手傳裁縫、子守、繩なひ等である。

一八、既往症の主なるは男で間歇熱、熱病、疝氣、窒扶斯、腹病で、女は血の道、窒扶斯、癪、天然痘、間歇熱等が多い。殊に注意すべきは男女相共に無病のものゝ多いことである。

一九、體重は男子では十五貫から十八貫、女では十二貫から十八貫までのものが最も多い。

二〇、身長は男では五尺一寸から五尺四寸までが最も多く、女では四尺五寸から五尺二寸までが最多

數を占めて居る。

二一、食量の多寡を見るに中食が最も多く、次は大食で、但し女子は大食と小食とが同數である。

二二、長壽の方法として擧げたるものを見ると、最も多いものから數へると、心配せぬこと、食物に注意すること、働くこと等である。尚ほ早寢早起適度の運動、信仰等も可なり多くある。

## 餘論

### 長壽の祕訣

此稿を終るに際し經驗者及び諸學者の說くところを參考して長壽の祕訣とも言ふべき條件を左に述べて見やう。

#### 身體の衛生

一、衣服は風寒暑濕を調節し、外界の襲擊に備へるのが目的である。故に衣服の厚薄大小緩急等の度を適當にせねばならぬ。

二、食養生は腸胃の傷かぬやうにすることが第一である。暴飲暴食はこれを避けねばならぬ。嗜好品例へば酒、咖啡、茶等の類は時としてはその用度を過ごし易いから常に愼しむことが大切である。又菜肉の中一方に偏せぬ方がよい。冷熱その度を過ぐるものは素より害を招き易い。食物は每常よく咀嚼して胃腸の負擔を輕からしめねばならぬ。

三、住居は光線の十分に入るやうにして濕氣をさけ、乾燥、清潔を主とすべきである。

四、日常の生活方法は成るべく規則正しきを必要とす。飮食のことは申すに及ばず、睡眠も過不及なきやう努め、わけて情事はその度の適當ならんことを心得べきである。本井子承は彼の著『長命衛生論』の中に、色慾の辨と題して左の如く戒しめて居る『色慾は甚だ面白きものにして、天地のうち生あるものこれを不好はなし、其筈なることは夫婦陰陽の氣合體して形をのこし、

子孫をつゞけるほどのことなれば至つて大切のことにて、あだなることにてはなしおもしろき樂しき筈なり。然るをそこつに心得、おもしろきにまかせ愼みこらへる事なく、ほしいまゝにする時は、身をほろぼすもとゐとなる、鳥獸諸の蟲の類は、夫婦のまじはりをなすに時ありて常は止、又雌孕時は夫婦交合することなし、是節を守るなり、人は左はなくして妄を以て常として、精をへらして身の本をうしなふ。』これ誠に味ふべき言葉である。

五、○清潔は身を守るの基である。身體を常に清潔に保つことは諸病毒の進入を防ぐに與かつて力あり、全身を清潔にするには入浴が最も佳い。これにより皮膚清くなり氣血循環して新陳代謝を促すのである。但し大食の時、空腹の時、食後直ちに、大に酒に醉ふたる時、熱湯、冷湯、風に當りし直後等は入浴を猶豫せねばならぬ、又せはしく湯に入ること、入浴の後風に當ることは愼しむべきである。（長命衛生論）入浴し得ざる時と雖も、顔、頭、手、足等は勉めて清潔を保たねばならぬ。其他身體諸部に觸るもの例へば衣類、器具、什器の類は不潔ならざるやう注意することが必要である。

## 精神の衛生

一、○長壽の根本は氣力なりとは文學博士根本通明氏の言である。內經曰、百病生二一氣留滯一、人は氣の持ち樣で廣い世間も狹くなり、狹い世の中も廣くなる、古歌に「世の中を四尺五寸にせばめ來て、五尺のからだ置き處なし」と言へる如く、萬事行つまりては氣をうち病を生じ又あやまちをするのである、氣力強くて惡に勝ち邪を制すれば病も起らず、强健に過すことが出來る、氣力なければ業に勵まず只茫然として世を送るやうになり易い。小人閑居して不善をなすとは蓋し斯かる場合を謂ふのである。又閑居すれば身を傷ふの本となる。西山穆山禪師は病

氣は不精から起るのだと言つて居る。私は氣力の張り切つて居る狀態を**緊張の狀態**と名けたいのであるゴム球が外から押されても反り返すやうな有樣を名けるのである。

二、**慾は長壽の妨害**。慾に種々あり。財の慾、酒の慾、色の慾、虛榮の慾、誤ちてこれを用ふれば何れも皆衞生の害になる。慾の劇しい處には必ず不安がある、その不安が身體の機能に惡い影響を及ぼすのである。

三、**或事柄に興味を持つことである**。**道樂**とも謂へば言へる。しかし自身を害し、他人に迷惑を及ぼすやうな道樂は、いくら興味があつても極めて厄介である。酒道樂、女道樂などは惡い道樂である。これに反して讀書道樂、藝園道樂、文藝道樂などは善良の道樂である。よき興味はその人の心を和にし、進歩せしめ且緊張させることになるのである。

四、**作業と休憩の調和**。一日晝夜あり、天に日月人に男女ありて陰陽互に相調和して行く如く、我等の生活も作業と休憩の調和がなければならぬ。作業が續くばかりでは身體が續かぬ。又遊んだり休んだりするのみでは生れて來た甲斐なく、氣力もぬけてしまう。程よく働き程よく休むことが大切である。

五、**自然の道理を知ること**。自然には原則がある道理がある、これを無視してはならぬ、卽ち無理は長壽に大禁物である。飮食、衣服、住居は申すまでもなく精神生活の方面にも合理から離れてはならぬ。

六、**衞生の基礎は知識なり**。人間の天から授かつた分量は自ら定まつて居る。この分量の通りに身體を使用し、精神を用ふれば無病息災で天壽が保たれる筈である。これを發見する能力は智慧である。暴飮暴食は智慧の無いために起るのである。智慧ありて初めて身體及び精神の不衞生を避け得らるゝのである。

七、遺傳の力は爭はれぬ。長壽には身神衛生の外に遺傳の力が與つて居ることは見逃すべからざる事實である。これは予の調査せしところを見ても明に現はれて居る。しかし祖先に長壽の遺傳あればとてそれを頼りにして不衛生を行ふ理由にはならぬ。又假令祖先に長壽の遺傳なしとするも行住坐臥よく衛生の本則を守りて生活すれば却て天壽を保つ場合が少からずあるのである。

## 叢談

# 流行性感冒に對する心得

醫學博士　佐々木秀一

## 風邪位と思ふのが大誤

流行性感冒が又しても流行しかけて參りました。恐るべき流感を單に風邪と思つて居る人が尠くありませんが、抑もこれが根柢からの間違であります。昔から俗にいふ風邪は、少し溫かくして居ると直ぐ治つてしまふものですから。先年來流行した特殊の傳染病である感冒症に對しても、割合に單純に考へて居る人が多いやうです。これが命を失ふものになるのであります。

流行性感冒は一つの恐しい傳染病であります。而も肺結核などゝ殆ど同一の取扱をせねばならぬ病氣であります。併し病原體は勿論別なもので、肺結核は慢性の經過を取り、流感は急性の經過を取るのでありますが、傳染の具合及びその豫防法は殆ど肺結核と同じ方式で取り扱はねばならぬ病氣であります。

近年結核豫防法といふ法令が出來て、結核患者の喀痰は嚴重に消毒して散在させぬこと、咳のしぶきの飛ぶ範圍は殊に嚴重に消毒し、寢衣、寢具を嚴く

日光消毒せねばならぬことになつて居りますが、流行性感冒にもこの取扱方が必要であります。

## 流感はどんな病氣か

流感は單に風邪ではない、一種の感染し易き、而して重症の肺炎を起し易き急性傳染病であることを申しましたが、一家に一人の患者があると、惡くすれば一家全滅の悲運に陷る程のものであります。然しこの傳染病は癒る段になれば、誠におもしろいやうに早く癒るのであつて當を得た療養をすれば、四五日で快癒するのです。若し手當を間違へて惡くなり初めると、忽ち肺炎を起して非常にむづかしい病氣に變じて、治療に困難を極め、或は死ぬことの多い難症になります。

流感の病原體はまだ確定して居ないので、豫防注射法も彼の天然痘に於ける種痘のやうに的確なものとはいへません。しないよりはする方が比較的無難であるといふに過ぎないのであります。

## 小油斷が生む大慘害

以上述べた所によつて、どうすればよいかといふ事は直ぐわかる筈であります。即ち第一に流感は大抵の人が一度は罹る。第二に罹つても注意して療養すれば大抵は癒る。第三に若し肺炎でも起すと急に重大な難症になるのです。故に最善な方法は、若し流感に罹つたら輕い中に十分な手當をするといふ事に歸著致します。「輕い中に治す」これがこの病氣の治療上の一大祕訣であります。何病でも早期に手當をするに限るので、特にこの流感にばかり適應する言葉でもありますまいが、それを御存じないのか、知つて居る癖に怠るのか、四五日位の靜養で治る病氣を治さずに、重くなつてから大騷ぎする人が非常に多いのです。

現に一昨年及び昨年流感から肺炎を起して死んだ人は多くは、殆ど無理をした人なのでありました。やれマスク、やれ豫防注射というて騷ぐ人でさへも、

輕い時の手當は案外怠りがちであります。障子に火のついたのを捨て置けば火事になることは誰でも知つて居ります。そして急いで消すのです。然るに感冒の時にぞくぞくして寒い、併し今日はお役所には會議があるとか、何うしても外出せねばならぬ用事があるとか、或は學校に試驗があるとか、お友達の結婚式があるとかいふ時に、障子に火のついて居るのを忘れて出て行く形があります。これが生命を失ふ大原因になるのであります。

稀には、障子の火もひとりで消える如く、少し無理をしても、ひとりで治る場合もないではありませんが、「これ位は大丈夫であらう」と、兎角自分勝手な解釋をいたしますが、この油斷が歸宅後には大熱を發して、もう何うすることも出來なくなるのであります。斯うして高熱を發して來ると、始めて「ああ事によつたらば、流感に罹つたかもしれぬ」といつて、牀につく人がなか〳〵に多いのであります。

## 最も恐しいのはぶりかへし

最初の油斷に失敗し、牀に就いて四五日醫療を受けて居ると、だんだん熱が下つて快方に向つて來ます。すると「もう大丈夫だらう」とか、「暖かくしてさへ居れば起きてもよからう」とか、丈夫な人に限つて、斯ういふ無理をしはじめるのです。すると俗にいふ「ぶりかへし」といふことになつて、今度は重態に陷るのが常であります。丁度昨年の大晦日のことでありました。或主人が肺炎を起して居たが、病人は牀の上で何かと歳末の雜用やお正月を迎へる用意をして居るのです。それで私は「そんな眞似をして居ると死ぬから、命が惜しければ表口を締めて、大晦日も正月もないと斷つて置くやうに」と申しましたが、初めの中は「とてもそんな事は出來ません」と頑固にいつて居ました。然し私は『正月は來年もその先も何十度も來ますが、生命は二度とは來ませんよ」といふたので、遂には私の言葉

通りを斷行し、お正月をも忘れて養生した結果、辛くも命をとりとめ、今日では非常に喜んで居ります。

併し世間には義理といふものもあつて、さう醫者のいふこと通り出來ぬ場合もありませうが、流感の流行時には餘り義理だてなどをしないに限ります。義理を缺くといふことは宜しくありませんが、小さい義理だてから遂に重患になつたり、或は死んだり致しますと、家族の困るのは勿論であり、又看護に無理をした他の家人も屹度罹り、或はそのお葬式のために又しても發病する人、或はお通夜のために病氣を起すなど、一人の小さい義理だての油斷から起る不幸が、一家から國家にまで及ぶのであります。一人の死人を出すことに較べると、婚禮の席を缺席しても、或は宴會の一人分の御馳走がふいになつても、學校の試驗に列し損つても、その損害の方が遙に小さい譯であります。僅か四五日の靜養で濟めばその損害位は直ぐ償ふことが出來るのでありますから、この點を自發的に理解することが、流感に罹つても死なぬ大祕訣であります。

流感の爲に母を失ひ、愛妻を失ひ、子を遺された人が非常に多いのです。これは殊に婦人には無理が多いからです。又妊娠中の流感は肺炎を起して殆ど死に至り易いのですから、婦人は特に注意を要します。

## 流感に罹つた時には

以上申しました通り、流感には無理が加はつて死因をなすのですから、流感に罹つた以上は直ぐ臥牀して、醫療を受けねばなりません。それと共に出來得れば隔離の意味で一定の室以外に出ぬやうにして、來客や子供を近づけぬことを心掛け、看護をする人はマスクをかけることが必要です。そして初めにお話したやうに、喀痰などを嚴重に消毒し、寢具、寢衣を日光消毒しなければなりません。又癒つた後でも咳の出る間は他人との面會を避け出勤、登校を

遠慮すべき譯です。そして流行時には成るべく人込みの中へ出掛けぬこと、已むを得ざる場合はやはりマスクをかけ、成るべく咳をする人と向ひ合はぬやう注意すること、流感の病人の處で無駄話は遠慮するやうにすることも必要です。友人の病氣を見舞に行つた人が先に倒れたり。或は一家全滅の惨害を蒙つて居るやうな人も尠くないのですから、重ねて申しますが小さい義理だてをする事は流感時には全廢するに限ります。

## 輕くすませる方が

天然痘は昔は隨分困つた病氣でありましたが、種痘の行はれるやうになつてからの效果は的確で、約十年間は免疫になるのです。從つて今ではあばたの人は中々見たくも見られぬやうになりました。斯くの如き有效的確な豫防注射が流感にも行はれるやうになれば非常に喜ばしいことですが、流感の豫防注射は種痘のやうな效力は無いのです、次に麻疹も大抵の子供の屹度一度はかゝる病氣ですが、これも病原が不明で豫防接種が出來ません。併し一度かゝると殆ど二度とかゝらぬ病氣なのです。即ち免疫性になるのですから、成るべく小さい時に輕くすませる方がよい譯であります。年齢が増す程重くなり大人になつてから罹ると、なか／＼重いのです。

先年來流行した感冒の性質は麻疹などゝ甚だ似た點もありまして、流行し出すと一瀉千里の勢で擴がり、殆ど罹らぬ人は無い程でした。而して一度罹ると二度とは罹らぬとまでは行かないが、一度罹れば多少の免疫性を得ました。一度かゝらねばならぬ程なら、丁度麻疹と同じやうに輕く濟ませて一種の免疫性を得る方が安全であるかもしれないといつた風でした。免疫性を有する人が多くなれば、如何に惡性の感冒でも遂には消滅する譯でありますから、どうせ逃れられぬものなら、輕くかゝつてしまふのも一つの良い方法です。マスク、豫防注射で防げるだけは防ぐに如くはありませんが、罹つた場合に是

非輕くすませるやう、言ひ換へれば重症に陥らぬやうに輕い内に癒すやうにすることが、流感に對する最善の手當であり、大祕訣であります。

# 日本家屋と冬期暖室方法の話

醫學博士 田村 昌

南向の座敷の縁先に「ガラス」障子でも閉めて、日あたりの良い部屋だと、假へ寒暖計の溫度が少々醫者の云ふ通りで無くとも、仲々氣持ちがいゝ、反對に四方閉鎖した座敷では火鉢や、ハイカラな煖爐を入れて溫めて其の溫度が丁度衞生學の本に示すのと一致しても甚だ不愉快で、時々障子を開けるとか、外へ出るとか爲なくては永く居られない、之は何う云ふ理由か、又何れが衞生的かと云ふ事も皆樣の先刻御承知の事と存じます。卽日本家屋の衞生的方面は溫度ばかりで論ずべきでありませぬ、其室の換氣、溫度、光線等も考へなければならぬ、溫度にのみ注意しても他の方面を忘れては反て衞生的で無くなりまして、衞生的溫度等は氣持ちの惡いものだと申す樣な事になります。然し實際其うで無くて、凡て衞生的の事は誰れにでも氣持ちの好いものであります。

普通日本の多くの家屋は夏冷しい樣に出來て居ますが、冬は中々暖い溫度を保持するに困難です。殊に北國の雪や、霰の毎日降らぬ事なき所では、衞生學の敎ゆる樣な溫度卽攝氏十四五度（華氏五〇、―六〇度）と申す事は夢にも出來ませぬ、大抵の家庭では圍爐裡を作つて火を入れるとか、御座敷にも炬燵を設けるとかして身體を溫める工風はしてありますが、室の溫度を保持するとか、晝夜の溫度に大差ない樣に爲す如きは全く望まれませぬ、身體は炬燵で溫まりますが室の空氣が冷いので病人、殊に呼吸器の疾患に罹つて居る人には其の恢復も六ケ敷く治療も中々困難です。

一體に温いと云ふ感じは吾々の神經に傳はる一種の振動でありまして、人に依て其感じが同じでない。一秒間に三十位から五萬位の振動は耳に音響として聞えますが人に依つては十五六の振動をも聞分けますし、又聞き得ない人もあります、即聽覺の鈍な人です、温の感覺は一秒間六十四「ビリオン」（一「ビリオン」は百萬の百萬位です）…の振動を吾人の神經に與へると感じます、其以上四百「ビリオン」位迄の振動は吾々は光として感じますが、八百「ビリオン」位の振動は吾人の五官に感ずる事は出來ない、即吾人の神經は或程度の振動を温として感ずるのであつて此の感覺は音響の感覺の樣に鋭敏な人と比較的感じの鈍な人とあります。日本人と西洋人を比較すると日本人の方が之の感覺に鋭敏でない之は日本の在來の家屋が昔しから上述の樣に保温的に出來て居ないから、自然多數の我國人の皮膚には外國の所謂衛生的温度よりも低い温度の方を好む樣になつたのでせう。丁度多數の日本人には西洋音樂より日本音樂の方が氣持よく響き、油濃い洋食よりは日本式料理サシミ等が嗜好に適すると同樣に室温も歐米人より幾分低温度を好む樣である、攝氏十四五度の室だと少時は氣持宜しとする樣だが長時間に渡ると頭痛がする眩暈がする逆上すると云ふ人が多い、即不快を感ずるのである。之れ既に病的であつて頭痛がしても尚衛生的温度だとは申されません、即我國人の中には攝氏十四五度の温が餘りに強く神經を刺戟するのです、健康な人には別に寒暖計等を用ひなくとも氣持のいゝと感ずる温度を衛生的温度とせねばなりません。

是に反し病人虚弱な人等では其の皮膚の温感覺も正常と申されませぬから、本人の氣持のみで定める事が出來ませぬ。從て寒暖計で室温を測り一定の標準を與へる必要がある、風呂の湯で日常經驗なさる樣に水等は熱くなるに從て表面に昇りますから、上部は可なり熱くても底の方がぬるい、室の空氣も其通りであつて、火鉢でも、「ストーブ」でも暖つ

た空氣は皆天井の方に先づ昇つて行きます、だから普通多數の部屋で認める樣に高い所に寒暖計を懸けて置たのでは其の室溫を示すとは申されませぬ、日本式の室では普通坐るのが常ですから、坐つて見える位の高さに寒暖計を置くべきです。試みに瓦斯「ストーブ」でも用ひて部屋を溫めて寒暖計の二三本を種々の高さに置て試驗なさつて御覽なさい、立て見える位の所と坐つて見える位の所と橫臥して見える所とは夫々攝氏の三四度も違ひます、大抵の御宅で認める樣に鴨居の有合せの釘等に無雜作に引懸つて居る寒暖計は假へ檢定濟の正確なものであつても其の示す溫度は吾人の實際居る室溫ではありませぬ故に殊に病室等であると病人の枕頭に置くのが間違が少くて宜敷い、日本の家屋は風の入る所が多く溫度の逃げる口が澤山ですから一本の寒暖計を懸けた丈で其室溫を測る事は出來ませぬ、正確に知らうと云ふには三四本は少く共必要です。

日本の家屋は前に述べた樣に冬の防寒には試に不完全でありますから、我國の冬の防寒設備は室を溫めるのでなく主として各自の身體を直接溫める樣に出來て居ます、日本流の室では溫が四方八方へ拔けて行きますから、朝夕の室溫を西洋流に保持する等と云ふ事は全く不經濟な事になつて一般には出來難い事柄です、極端に申しますと野原で焚火して居ると同じ樣なものである、炬燵にしても、火鉢にしても唯身體の一部を溫めるのみであつて近頃多數の家庭で用ゆる種々の室內「ストーブ」、石油「ストーブ」、瓦斯、電氣の「ストーブ」等も所要の溫度に室を溫める事が出來ますが折角溫めた室內の空氣は自由に天井、障子襖等の間から出て行きますから、火を消すと五分か十分の間に溫度が下降して早や二十分位後には略ぼ暖房前の室溫に歸ります、先づ原野に焚火すると大差ありますまい此の缺點を幾分にても防がうと云ふには全く建築を改めて懸らなければ出來ませぬが、先づ成る可く在來の建築で暖房防寒に適する樣に致すには障子及襖のたて付けを完全

にするは勿論です。次に天井の張り具合に注意せねばなりませぬ、即温暖な空氣は風呂の水の時と同じく上へ／＼と昇つて行くのですから、之を逃がさぬ様に致すには天井の板張りを二重にするとか、西洋式の天井の様に紙を張るとか致すが宜敷からうと存じます、又第三には冷い風が下から入らぬ様にせねばなりませぬ、其には段通を敷くが宜い、且其室に接する廊下には敷物をしくのが必要です。斯うして温の逃げぬ様に致しますと自然空氣の流通が悪くなりますから、「ストーブ」には瓦斯抜けの爲に煙筒が入用です。

日本の炬燵はつまり炭火で温つた空氣が上に逃げない様に蒲團を以て蔽うて極狭い部分を温める様に出來て居ます、從て其内は炭酸瓦斯が多量です、上半身は炬燵の外に出て居ますから直接炭酸瓦斯の多い空氣を呼吸する事はありませぬが下半身の皮膚は炭火の温度と共に之の瓦斯の作用を受けます。研究に依ると炭酸瓦斯は皮膚に作用して其部の血管を擴張させます丁度「アルコール」を飲用したのと皮膚血管に對して同じ作用があります、從て炬燵から出て外の冷い空氣に觸れると風を引き易いのです之と同じ様に「ストーブ」や炭火で暖めた室でも煙筒の設備を作つて置かないと其炭酸瓦斯の作用を受けて風邪に罹り易い事になります。

又日本室は火が消えると五分十分の間に冷えます之を防ぐには十分多量の湯を煖爐なり、火鉢なりに懸けて置く事です。世間では「ストーブ」の上の水は空氣の乾燥を防ぐ爲とのみ思つて居ますが其ばかしでは無い、殊に寢室、病室等で急劇な温度の變化を避け様とするには成るべく多量の湯を掛けて置くと其の變化を調節する事が出來ます。

之れも何の部屋には何量の湯が足りるかは易く試験が出來ますから各自の部屋で試驗して御覧なさい初めに瓦斯「ストーブ」で湯なしに攝氏十四度位に温めて瓦斯を消した時と、多量の湯を「ストーブ」の上に用意した後に火を消したのと室温の冷め具合

が大變に違ひます、斯うして其室は幾何量の溫の冷め具合であつて、幾何量の湯を用意したらば一定時間保溫し得るかゞ解ります、之れは日常の寢室病室等に是非試驗して置く必要があると思ひます、殊に呼吸器病の人に取りて大切です。是等に關する學術的研究は近々學界に發表する筈です。

# 育兒

## 妊娠中の心得

醫學博士　磐瀨雄一

### 第一　禁物

(一)運動

(イ)俥、馬車、自動車、汽車、汽船に乘つて遠い所への旅行。

(ロ)坂路や階段の昇り降りなど。すべて身體を上下に動搖させる運動。

(二)腹に力を入れること。

(イ)重い荷を手に提げたり上に揚げること。

(ロ)簞笥の抽斗を無理に引き出すこと。

(ハ)便所に行つて便祕などでいきむこと。

(ニ)長くしやがむこと。

(ホ)洗濯。

(三)下腹の冷却。

(イ)冷水浴。

(ロ)海水浴。

(ハ)寢びえ。

(四)骨盤内の諸種の臟器(殊に子宮)に充血を起すこと。

(イ)坐浴。

(ロ)腰湯。腰や下腹の冷えたる時によく世間では

腰湯や坐浴をするがそのために流産や早産を起した實例が澤山あるから注意が肝腎。

(五)高く手を伸ばすこと。

(イ)蚊帳の釣手の取りはづし。

(ロ)高い棚から物を取ること又は上げること。

(六)風邪を引いたり、胃腸病を起したりしない用心が肝要。

## 第二　飲食物

妊娠は病氣ではないから、殊更に平素の習慣を破るに及ばぬ。併し妊娠中は兎角胃腸病を起し易いから、常に胃腸を丈夫にすることが肝要。一般に飲み食ひしてならぬものは、

(一)消化のわるいもの。

(二)平素食べなれないもの。

(三)ぴりつき辛いもの(芥子。蕃椒。山葵)などをやたらに食べること。

(四)酒を含むもの。

(五)濃い茶、咖啡など。

(六)冷たい食物、氷水など。

昔から妊婦に食べさせるなと、いひ傳へられて居る食物はいろ〳〵あるが、特別に害のあるものといつては殆どない、唯胃腸のために惡いものを注意して食べないやうにすればよい、又妊娠五箇月以後には、食べ過ぎるのはいけないが、この時期には一般に妊婦は食慾が進むものであるから、強ひて三椀の飯を二椀にへらす必要はない。

## 第三　衣服

(一)著物

(イ)成るべくゆるやかで、下腹や胸部をきつく緊めないやう。

(ロ)保溫に適するやうにすること。殊に冬期は腰から下を冷さぬやう、腰卷(フランネル)を一枚位餘計にするのも肝腎。

(二)帶　幅の廣い硬い重い帶で、腹や胸をしめつけ

るのは害がある。幅の狹い薄い輕いのに代へるのが宜しい。

(三)腹帶(結肌帶)(五月帶)、昔のやうに幅の狹い布で、腹を強くしめつけるのは有害である。腹帶の目的は、

(イ)保溫のため。

(ロ)腹壁の緊張を助けて、胎兒の體溫を保つためであるから、夏は木綿幅の木綿、冬は木綿幅のフランネルで下腹を二巻き位巻きその端を安全針で二箇所位止めて置くのがよい。

## 第四　運動

(一)散步。妊娠中は程よく運動するのが極めて必要である。殊に戸外の散步はよい。精神が爽になり。食物の消化もよくなり、便通もよい工合になる。併し妊婦殊に妊娠五箇月後の妊婦は腹が前に出て物につまづくと倒れ易いから、脚下に氣をつけるのが大層肝要である。屋外散步の時は、

(イ)草履のやうな輕い履物を用ふること。

(ロ)雨天や道のぬかる時は足駄で外出しないこと。

(ハ)散步の時間は歸宅後疲れを感じない程度がよい。三十分乃至一時間位が適當である。

(二)屋内運動。家の内では平生やりつけて居る仕事例へば拭き掃除を適當にすることは、少しも害にならぬ。

(三)車に乘ることは。前述のやうによくありませんが、殊に砂利を敷いた道や、凹凸の道や電車線路の横斷等は妊婦の身體に大變動搖を與へるからいけません。此點からいへば、電車に乘る方が却つてよいのである。又電車に乘る時は、

(イ)昇降に注意し。

(ロ)混雜して座席がないやうな時には俥で徐行するのが安全である。凹凸道を走らせると、ひどく搖るから徐行させるのがよい。

汽車の長途の旅行はいけません已を得ざれば寢臺

車に乗る外はない、これとて安全とおすゝめすることは出來ぬ。

汽船。一般に車類よりもよいが船になれない人や又は船に弱い人には悪い。

(四)烈しい運動は嚴禁。

例へば舞や踊、馬乗り、遠足。

## 第五　便通

便通をよく整へ、少くとも二日に一回は十分あるやうにしなければならぬ。若し便祕の傾きがあれば、

(一)適度の運動をし、

(二)毎朝一椀の冷水または冷牛乳を飲み、

(三)毎朝時を定めて便所に行くやうにし。

(四)毎食後に果物を、

食べる等の方法を用ひ、なるべくつうじ薬をつかはぬがよい。それでも利かない時は灌腸(石鹸水又リスリンを使つて)をして、下痢は避けるがよろしい。いよ〳〵已むを得ない時は醫師の診察を受けるがよい。

## 第六　尿利

常に注意して時々醫師に尿の檢査をして貰ひ、殊に下肢や顔面に浮腫のある時は、必ず醫師の尿の檢査を頼むこと。

妊娠の初めに尿の出さうなのを永らく堪へると、後に害を殘す。

## 第七　身體の清潔

妊婦の入浴は毎日でも宜しいが、腰湯は前にもいふた通り流産の危險を起す故嚴禁。

## 第八　乳房

妊娠中は毎日一回清潔なる手指で清水又はアルコールガーゼにつけてよく拭ひ、きれいにしておかなければならぬ。乳嘴の發育不良であつたり、又は陥

沒して居る人は、清潔な指先で摘みあげなさい。以上のやうな注意をして居れば、お產が濟んで子供に乳をやる時、乳嘴に傷が出來、授乳の際に非常に痛かつたり、又乳房を膿ませるやうなことを防ぐことが出來る。

## 第九　精神

氣をつかはずに安らかにする事が最も必要で、精神を過度に勞らす事喜怒哀樂の情を劇させるやうなこと例へば小說、活動寫眞、芝居、寄席、は甚だ惡い。十分睡眠することが肝要である。（兒童衛生展覽會）

# 哺乳兒の疾病及び豫防法

醫學博士　唐澤光德

## 子供感冒にて咳す

（一）—注意深き家庭

（イ）外出せず吸入器を用ふ、
（ロ）診察を受け、
（ハ）靜養せしめ、
（ニ）全快す。

（二）—不注意の家庭

（イ）湯に入れて溫をとらせ、
（ロ）咳が止らぬのに花見に連れ行き、
（ハ）本當の患者となり、
（ニ）危篤となつて家中心配す。

## 子供の下痢

（一）—注意深き家庭

（イ）母、子の下痢に驚く、
（ロ）何も食べさせぬ、
（ハ）診察を受け、
（ニ）全快す。

（二）—不注意の家庭

（イ）母は子の下痢を氣にとめず、

(ロ)泣くなら菓子を澤山やれと命ず、
(ハ)病氣いよ〳〵篤くなり、
(ニ)醫師も匙をなげ母泣いて悲しむ。

## 乳母の選擇心得

乳母子を負ふて居酒屋に飲む、
　小兒忽ち下痢を起す。
乳母の子は十箇月なり、
　乳母の出産時を確めよ。
活動寫眞を見て駄菓子を與ふ、
　小兒劇烈に食傷す。
乳不足故牛乳購ひ、
　內證で牛乳をのます。（兒童衛生展覽會）

## 家庭衛生

## 三測表と便及び尿

吉岡彌生

昔にあつては、醫者は患者の脈を診、腹部を擦つて診斷したものでありますが、近時は醫學の進歩するに隨つて、極く微細いところまで究めて診なければ、その病源を發見して病名を付けることは出來ないやうになつて來たのであります、それ故に看護の任に當る人が、醫師の診斷に便宜ならしむる方法を執りますことは、醫師に對して補佐ともなりますし患者にも大きな利益を齎すのであります。

看護に任る人はどんな場合にも三測表を手許に置いてこれに記入することを忘れてはなりませぬ。三

測表といふのは卽ち體溫と、脈搏と呼吸とを測つて記載して置くものなので、斯う名けるのであります記載の方法は醫者に聽けば直ぐ分りますが、その標準だけをこゝに申しませう、標準は大人と小兒と老人とに因て多少異つて居りますので、その大體を申しますれば、日本人は大抵壯年の人で、體溫は三十六度八分、呼吸は一分間に十八、脈搏が同じく一分間に七十、これが普通健康體の人の標準でありますそれからして小兒は一體にこれよりも稍〻上と見て宜しく、先づ體溫が三十七度、呼吸が二十二、脈搏が七十五、この位の數であります、老人は總てに於て壯年者より下と見て宜しく、體溫が三十六度、呼吸は餘り違ひませぬが、脈搏は矢張少くなりまして六十乃至六十五位の數であります。大抵以上の如くでありますけれども、同じ人でも朝と夕とは少しばかりの差はありまして、朝は幾分低く、夕はそれよりも二分位は高いと見て宜しい、また食後には一分乃至二分位は高くなるものであります。

體溫を測るには體溫器の度盛が一番下（大抵三十四度を最下位とする）まで下がつて居るか否かを檢べて、もし下がつて居なかつたらよく振り下げて乾いた布帛で拭き、また腋窩の方も汗のないやうに拭いてから水銀槽の部分をピタリと當てがうて罅隙のないやうに挾むのであります、小兒などで腋窩で測り難い場合には、鼠蹊部（股のつけね）で測ることがあります、また病氣に因ては、肛門に入れて測ることもありますけれども、これは特種の場合で本職の看護婦でなければ出來ますまい鼠蹊部で測つた溫度は、腋窩で測つたものよりも、約一分位は低いと見て宜しい、極く瘦せた人などで罅隙の出來るやうな場合には、能く注意して測る間押さへて居る必要があります、測る時間は檢溫器に依つて異ひます、或は一分間で測れるものもあれば、三分間或は五分間で測るのもありますから、その檢溫器に因つて機宜にいたすのであります。

脈を測りますには、橈骨側の前膊下端（掌を上方

に向けて腕を伸ばせば橈骨は外側にあたります、その外側の最も掌に近い部分）俗に脈どころを示指中指、食指の三指で輕く抑さへて、定期的に搏動する脈の一分間の數を測ります、また呼吸を測りますには、心窩部（鳩尾）の少し上の邊りに輕く手を當て、その動いて手に觸れる數を算へるのであります呼吸は精神感動で早くなつたり遲くなつたりしますから、睡つてゐる時に測つたのが最も正確であります、熟練しますと手を當てなくとも呼吸の工合を見て分りますから、これでも測られます。

三測を量る時刻は、普通の場合ですと、午前六時と午後三時と午後九時の三度で宜いと思ひます、重症の場合には二時間置き或は一時間置きにせねばならぬこともありますがさういふ場合は特に醫者から申しますから、通例の場合は朝晝夜と一日三度測つて之を三測表に記入されゝば宜しいのであります、三測表を記入するには成るべく體溫は青色、脈搏は赤色、呼吸は黑色の鉛筆で記すが宜しい、斯うしますと一見してその病勢が分ります、また三測表には暦日を書くところと病氣の初發以來の日數を記入するところとあります、これが記し方は、例へば八月二十日に發病したとすれば、その日を記入すると同時に、一方の病氣の第一日目といふことを記入するのであります、即ち二十一日は第二日目に當る譯なのであります、尚ほ尿の回數及び便の回數も三測表の中に記入するところがありますから、これ等もその一晝夜の回數を記入して置くのであります、前述べた標準測はほんの大體に約めたのでありますから各人多少これと異るものと思はねばなりませぬゆゑ、平常これを測つて置いて、若しそれと違ふやうな場合には病氣ではあるまいかと注意をなされたいそれ位は常に心得て置いて宜いと思ひます。

何病に限らず、最も注意を要するのは大便と尿であります、大便の度數、性質卽ち色とか硬度とか、或は粘液血線などが交れるかどうか、或は寄生蟲卽ち條蟲とか蛔蟲又は往々あるところの蟯蟲などが居

りはせぬか、といふやうなことを注意しなければなりませぬ、また大便を取つて置いて、一度醫者に檢て貰ふことは極めて必要なことがあります、醫者は肉眼だけでなく、顯微鏡でこれを檢なければならぬ場合も多々あるのであります。

近頃は特に泌尿器の病でなくとも、尿の檢査が大に必要と看做されて居ります、病の時には尿に異常成分を出すことが多いので、その反應に因つて病氣を發見する場合が多々ありますから、是非とも尿は醫者の檢査を受けねばなりませぬ、尿の檢査は、その色と度數を檢るばかりでなく、一日の量を測らねばならぬこともあります若し尿を醫師の許に屆ける場合には男子に對して特に注意も要りませぬが、女子の場合の注意を申しますれば、豫め尿道の周圍を清潔に拂拭し、前尿は少々棄てゝ中途からのものを器に受けるが宜しい、其の容器は熱湯で、十分殺菌したものでなければなりませぬ、よく醫者が尿を屆けて呉れといふと不潔な厠にとつてから、瓶に移して持つて來る人が往々ありますが、これでは何等の成績をも得ることの出來ない場合がありますから、容器の注意も亦肝心であります。

尚ほ特種の病氣に依りましては、痰を屆けなければならぬ場合もあります、このときには、持ち行く人にも危險のないやうに、容器の口に油紙を被せて蓋とし、それを緊く括つて持つて行くやうな注意が必要であります。

## 手足の衞生

莊司秋次郎

人體中でも手足は働き者の隨一に數へられて居るが、餘り强健に出來て居るので、消化器や呼吸器などのやうに養生とか攝生とか云ふ方面は顧みられない、併し手足は消化器や呼吸器の僕婢と云ふ譯のも

のではない、却て手足を働かす爲に消化器や呼吸器が勤めるとも云へる、謂ば同權であるから、私はこの輕視されて居る手足の爲に聊か衛生を說くのである。

手は醫師、音樂家、美術工藝等の技術家は自ら大切にする、要するに何れの職業にしても手は巧に使ふて清潔に傷などのないやうにすれば宜しい。印度人が不潔な物は左手で取扱ひ食物の如きは右手で取扱ふのは誠に賢こき習慣である。又英國人が一般に食事の前に手を洗ふ習慣があるが、是亦衛生的に宜しき習慣である、凡て電車の吊革につかまつたとか、其他不潔になつた虞のある場合には「アルコール」で拭くが宜しい、特に小兒の手は極めて不潔になり易いものであるから、屢次石鹼で洗はせねばならぬ此の如く單に手を清潔に保つと云ふだけでも餘程病氣を豫防することになる。

足も歩兵や車屋さんなどは別として普通の人、特に我邦の人、殊に上流の婦人は甚しく運動不足である。膝を折曲て終日跪坐して居る向も少くない。これは如何に考へても衛生的でない。支那人の纏足西洋人の靴と同樣足の虐待である。どうしても一日に二時間位歩く程の運動をしなければ宜しくない。それは踊であらうと、何であらうと問ふ所でない。尩弱な話ではあるが足の按摩をさせても宜しい、足は心臟から最も遠く、且つ骨ばかり多い部分であるから多少特別に運動をよくし血液の循環にも氣をつけてやる必要がある、老人、婦人に於て特に然りである。清潔と云ふ事も勿論必要で、靴下や襪をはいて居ると容易に惡臭を發するやうになるものである。これは甚しく非衛生的の事であるから、足は常に注意してよく洗はなければならぬ。



# 雜報

○皇后陛下の御仁惠

皇后陛下には御恒例により去臘二十二日を以て日本赤十字社病院、恩賜財團濟生會病院及び東京慈惠會醫院在院施療患者並に福田會育兒院孤兒に對し木綿雙子縞に同裏地及び裁縫料を添へそれ〴〵下賜の御沙汰を傳へさせられたり。

○各地兒童衞生展覽會

內務省衞生局より兒童衞生展覽會の開催に就き各地方に照會したる處、既にその希望を申込める府縣十數に餘れるを以て、協議の上その順次及び會期を定めて各地に開催の豫定なるが、大阪府衞生會にては本年三月中旬開催のことに決定せりと、尙ほ過般お茶の水なる東京敎育博物館內に開催せる同展覽會の入場者は會期を通じて約二十五萬人を算し、その費用は僅に二千餘圓なりしと云ふ。

○入學競爭試驗の影響調査

中等學校及び高等學校に對する入學競爭試驗は逐年劇烈となり隨てその弊害も亦漸次甚しからむとするの形勢なるを以て文部省學校衞生官は是等に關する調査の必要を認め、各地の當事者に對して左記項目の研究調査を慫慂すると同時にその資料を蒐集することゝしたり。

一、入學試驗準備の調査
二、入學試驗そのものに就ての調査
三、入學試驗の影響に就ての調査
四、入學試驗に對する改良案
五、入學試驗に對する學校當事者又は父兄の感想

# 私立大日本婦人衛生會役員氏名

總裁 東伏見宮妃周子殿下

會長 侯爵夫人 鍋島榮子

副會長 男爵夫人 濟尾作子

（いろは順）

理事 鳩山春子
同 岡田徳子
同 男爵夫人 山本多穂子
同 三浦敎子
評議員 入澤常子
同 服部繁子
同 子爵母堂 仁禮壽賀子
同 土肥多越子
同 岡山とし子
同 男爵母堂 加藤鈴子
同 吉岡彌生子
同 高橋孝子
同 男爵夫人 南部隈子
同 山口貞子
同 子爵母堂 松井正子
同 小松勇子
同 男爵母堂 青山孝子
同 岸澄子
同 三宅藤子
同 守屋千代子

同 長谷川仲子
同 高木鏸子
同 天野多喜子
同 羽田三緒子
同 原光子
同 男爵母堂 西舛子
同 緒方悅子
同 小川孝子
同 片山鏸子
同 丹波貞子
同 田村きよ子
同 中濱芳子
同 松平芳子
同 男爵夫人 古市幸子
同 近藤蕊子
同 相磯まさ子
同 菊池峯子
同 宮本樂子
同 瀬川さわ子


大正十年一月二十二日印刷
大正十年一月二十五日發行

東京市本郷區駒込千駄木町五十八番地
編輯者兼發行者 莊司秋次郎

東京市本郷區駒込林町百七十二番地
印刷者 柴山則常

東京市本郷區駒込林町百七十二番地
印刷所 合資會社 杏林舍

東京市本郷區駒込千駄木町五十番地
發行所 私立大日本婦人衛生會事務所
（振替東京一〇六〇〇番）

賣捌所
東京市本郷區龍岡町 咔凪堂
同市銀座四丁目 東海堂
同市京橋區鈴屋町 頁明堂
同市本郷區本富士町 明文館
同市同區春木町 南江堂支店
京都市寺町二條南入 若林茂一郎
東京日本橋區吳服町 北隆館
同市神田區表神保町 東京堂
同市本郷區本富士町 盛春堂
名古屋市榮町六丁目 丸善書店